

武蔵野赤十字病院 患者サロンだより

みんなで語ろう会

ニュースレターNO.73 2018年12月発行

2018年11月21日に第79回“みんなで語ろう会”を開催しました。暖かい日差しが差し込む中
がん体験者10名(女性10名)ご家族1名(男性1名)合計11名のご参加を頂きました。今回は、
患者会やサロンについて、治療にまつわる副作用への対策、今の生活の中の楽しみについ
てなどの話題がでて、みなさんと語り合いました。



サロンのお約束を確認して始まりました。

- ・自分のことは自分の言葉で話す
- ・他の方のお話は、善し悪しの評価をしないで最後まで聞く
- ・サロンでのお話はこの場限りにする

以上3点です。又個人情報保護のために、SNSの投稿、録音、写真撮影は禁止です。ご協力をお願いします。

○治療が落ち着いてきたので患者会に参加してみたが、人数が多すぎて同病の方とのつながりがもてなかった。今後どのような場所へ行ったら同病の方と知り合えるのか知りたい。

○リンパや筋肉を手術でとってしまったから日常生活で不自由を強いられている。ひきつりがあり苦しかった部分は鍼灸に通うようになってからだいぶ和らいできた。

○抗がん剤をやめてからだいぶ経つが、今でも副作用の手足のしびれや疲れやすさが残っていて辛い。

○手術した場所から少し離れた場所に痛みが出て困っている。ペインクリニックに行ってみようかと思うこともある。

○ホルモン治療を継続中で骨密度が下がってきている。漢方で免疫力を上げたいと思っている。

○抗がん剤の効き目を良くしたり、副作用を緩和したりする方法を自分で調べて主治医に提案したり相談したりしている。今は温熱療法や漢方薬を試している。情報は待っていても得られないので、自分から探すのが大事と思う。

○考えると不安になるので意識的に外に出るようにしている。仕事はやめたが趣味はできるだけ続けるようにしている。

○違うがんでも、考えていることに共通することが多いなと思った。今日もためになった。

○サロンではありのままの自分でいて良いという安心感がある。体調をみながらまた来たい。

一部ですがご紹介させていただきました。次回もスタッフ一同、皆様のご参加を心よりお待ちしております。

今後の予定

- 日時: 毎月・第3水曜日 13時~15時
2019年1月16日(水)
2月19日(水)
- 場所: 武蔵野赤十字病院 多目的室
5番館 3F 情報ラウンジ横
- 対象: 主にがん患者さん・ご家族
どちらの医療機関にかかっ
ても参加できます。
(申込みは不要、参加費は無料です。)