

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.63 2018年2月発行

2018年1月17日に第69回“みんなで語ろう会”を開催しました。体験者7名(男性3名、女性3名)、家族1名(女性1名)、合計7名の方にご参加いただきました。今回は初参加の家族の方とともに、抗がん剤の副作用、がん情報の取り方、栄養について、がんと告知されたときの気持ちなどについて、十分にそれぞれの想いを分かち合いました。



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事
- ・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事
- ・サロンでのお話はこの場限りにする以上三点です。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。ご協力をよろしくお願いいたします。

○手術して5年になる。体に負担をかけないように早寝早起きをして、朝は体操とウォーキングをしている。

○手術の後遺症があり、外出するときは、トイレの場所を確認しておかないと不安。

○がんと告知されたときは、娘も泣き、自分も心が折れそうなくらい心配で泣いた。

○闘病しているがんの仲間と、お互いの気持ちを話すと癒される。

○栄養のバランスも大事ですが、心が貧血にならないように心の栄養も大事。

○長くがんと付き合ってきて心がけていることは、悠々と心をゆらっとさせて、スローライフを心掛け、やりたくないことはやらないで過ごす。

○患者仲間の生の情報は有意義。

○抗がん剤の副作用は、脱毛、嘔吐、手足のしびれなど色々あるが、手足のしびれが一番つらかった。

○食事が食べられなかった時、凍らせたこんにゃく畑、ポン酢を口に含むとスッキリした。

○がんの予防、手術、治療の情報はあるが、術後の後遺症についての情報がない。

○ネットの情報は出前を取るようなもの、五感で感じるには、がんサロン、患者会に参加するのも良いと思う。

ごく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
2018年3月21日(祝)休み
2018年4月18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。
(申込みは不要です。参加費は無料です。)



主催: 特定非営利活動法人がん患者団体支援機構

〒154-0002 東京都世田谷区下馬5丁目28-7

E-mail: info@canps.jp <http://www.canps.jp>

Tel: 03-5787-6411

共催: 武蔵野赤十字病院