

平成 21 年 2 月に満 60 歳で定年退職、翌 22 年の 3 月 4 日に膀胱がんの手術をしました。膀胱、前立腺、尿道、精嚢を切除し、自分の回腸を 15cm ほど切り取って「人工膀胱」(ウロストーマ)を造設したのです。切り取った回腸の一端に腎臓からおしっこが流れてくる 2 本の尿管を繋ぎ、もう一端をお腹に開けた穴から外に覗かせます。このままだと絶え間なく出てくるおしっこが垂れ流しになるので、おしっこを溜める袋をお腹に張り付ける必要があります。袋は何日かで貼り換えることとなります。夜寝る時は袋にチューブを繋ぎ、その先にもっと大きな蓄尿袋を繋ぎます。「♪～鎖に繋がれ～～た♪」と言った状態です。

一方最も心配していた膀胱がんの細胞異形度(細胞の悪性度を G0～G3 に分類)は、G2/G3 で最悪の結果でした。膀胱がんで G3 の場合の 5 年生存率をネットで調べてみると 4～5 割程度なのです。さらに、もし広範な浸潤や転移があれば、全身化学療法を行うこととなりますが、ここは幸いに転移が見られなかったという事で、化学療法は受けずに済みました(勿論、目に見えない程度のがん細胞はどこかに潜んでいるかもしれません)。膀胱がんの有効性の高い抗がん剤はないので、化学療法を受けることになった場合は苦しみを味わううえ、長くは生きられないと多少の覚悟はしました。しかし、兎にも角にも手術後は体力の回復をまず第一に考え、入院中から少しでも運動量を増やして行こうと考えました。3 月末日に退院するときには病院の階段を 6 階から 1 階まで下りて上ることも無理なくできる状態にはなりました。

退院してからも、少しでも早く通常の体力を取り戻すべく、ウォーキングやママチャリでサイクリングをし、また 6 月からは海での船釣りや、川でのアユ釣りなどにも釣り友と頻繁に行きました。およそ退院して半年後くらい経過した 10 月頃には体力も定常状態にまで達したかな、と思えるくらいの状態にはなりました。そうすると毎日毎日が同じような日々の繰り返しで、どこか空虚な感じになったものです。ある時、日本オストミー(人工肛門あるいは人工膀胱を持つ人)協会滋賀県支部の会合で、「わしはダブルストーマ(人工肛門と人工膀胱の両方)やけど、もう 17 年になるよ」と告げられて元気を貰ったり、会社時代の先輩・後輩と飲みに行っただけで元気を貰ったりしました。しかし何か物足りなさを感じていました。そうなんです。前を向いて歩いていても、どうしても再発・転移の恐怖は消えていません。そして何年努力し、我慢をすればストーマが外せると言ったものではなく、一生ストーマ

と仲良く、片時も離れずにストーマに細心の注意を払いながら、一緒に暮らして行かなくてはならない重荷を背負っている、という現実を見つめていたのです。おしっこを溜める袋は、その皮膚の部分がかぶれても、化膿しても、傷が出来ても、そこに貼らないと、おしっこの垂れ流しと言う悲惨な状況になります。やむを得ず貼っても貼ったで、傷は悪化して悲惨な事態になります。

そんな不安な中で、「よし！これから30年生きてやろう」と思いました。大きな目標を作ったのです。私の場合は「生かされている」でなく「生きてやる」で行こう！！です。しかしそうは言っても初めのうちは、なんとなく不安の方が大きく、30年生きる自信が湧いて来ないためか、あまり人に正面切って言う度胸がありませんでした。でも最近は「俺は30年生きる！」と、公言できるようになってきました。今、少しずつかも知れませんが、頭だけではなく、自分の体自身で、自らの体の状態を理解しつつある、理解出来つつあるのだと思っています。精神的に不安定な時期もありました、酒が入った時に悔しい思いに思わず「くそ！」と叫んで拳で床を殴って、涙を流した時もありました。でも魚釣りや飲み会も参加して外に出て行く、多くの人と接する、少しでも社会との関わりを持つなど、閉じこもらないで外に出かけることが大切だと思っています。そしてそれを根負けせず継続することが必要と思っています。

明るく前向きに、一歩でも！
一歩が無理なら半歩でも！

