

招請講演

がん哲学外来とは何か

金沢大学附属病院麻酔科蘇生科（緩和ケアセンター） 山田圭輔

1) 生老病死

人は時の流れの中を生きる。初めに誕生があり最後に必ず死がある。日本人の死因の首位は「がん」であり、がんは老病死に深く関係している。がんを抱えて生きることは大変で、がんの経過中には様々な苦しみが生じる。

がんに伴う苦痛は、身体的苦痛、社会的苦痛および心の苦痛に分けられる。人の心には常に不安と抑うつがつきまとう。過剰な不安や抑うつは、病的な精神状態や破滅的な行動に至ることもあり治療が必要になる。また、老いて病を抱え、死が近いことを感じると、自分の存在には意味がない、価値がないと嘆く実存的苦痛（スピリチュアルペイン）もしばしば生じる。

2) 麻酔科医としての緩和医療への関わり

筆者は、麻酔科専門医としてがん患者の身体的苦痛、特にがん性疼痛治療に関わってきた1～2)。オピオイド内服薬の調整と副作用対策、PCAポンプを用いたオピオイド注射薬の投与、脊髄鎮痛を含めた神経ブロック、終末期の呼吸苦、全身の苦痛やせん妄に対する静脈麻酔薬や抗精神病薬の精密投与などを担当してきた。

一方で筆者は、死を意識した患者の心の苦痛（実存的苦痛：スピリチュアルペイン）にどのように寄り添えばよいのかを長く悩んできた。がん緩和医療の臨床では、死を避けることはできない。死にゆく人にどのように寄り添えばよいのかは、家族はもちろん、医療者にとっても大きな問題である。

3) 現代の医療現場

講演では、映画おくりびとの原作「納棺夫日記」の著者である青木新門氏のエッセイを紹介した。青木氏は、医学や薬学の科学技術が進歩し、医療や介護制度は整えられたが、世の中は生老病死の不安に満ちていると指摘している。

作家上坂冬子氏の最後の作品「死ぬという大仕事」も紹介した。上坂氏は、国民の2人の

1人が「がん」に罹る時代には、「生活の質」と「患者の人生」を考える全人的医療が必要であることを取り上げ、病気を診ずして病人を診よとの精神を強調している。

作家の柳田邦男氏が述べる「死の医学」についても紹介した。現代の医療現場では科学（医学や薬学）と医療技術が優先されており、一般の人はもちろん、医療者でさえも死が分からない時代になっている。そのような時代であるからこそ、自分の死を自分で創ることが大切で、人は物語を生きているとの人間観の導入が必要である、との趣旨を柳田氏は述べている。

4) がん哲学の始まり

順天堂大学医学部病理・腫瘍学講座の樋野興夫教授は、がん研究がどれだけ進んでも、人には最後に死ぬという大きな仕事が残る現実を取り上げ、がん医療には科学だけでなく、哲学的な考えを取り入れる必要があると指摘した。また、現代の医療現場では科学的な考えが大勢を占め、哲学的な考え方を持つ医師が少なくなっていることを医療の大きな隙間と表現した。

樋野は、医療の隙間を埋めるために、患者や家族が生や死について考えられる支援（哲学的な支援）が必要であると、2008年に本邦で初めてがん哲学外来を順天堂医院に開設した³⁾。がん哲学外来は、医療者と患者および家族が対話できる専用の時間であり、樋野は患者や家族に応じて言葉を投げかけ、各自が自分自身の言葉で生と死を考えられるよう支援している。

5) 金沢がん哲学外来の開設

筆者は樋野の考えと実践に影響を受け、2012年に金沢でがん哲学外来を開設した。がん哲学外来を患者と医療者が共に死と向きあい、死までをいかに生きるかを考える場所と位置づけた。

このように意気込んで開始したが、初めて会った者同士が、物怖じもせず、卑下もせず、尊大にもならず、生と死について話しをするのは、実際はなかなか大変なことでした。人間は心と身体からなると言われるが、身体は衰えていき、心は不安定になるのは避けられない。心と身体だけではどうしてもお互いに閉塞してしまい、さらにまた悩む日々が続きました。

6) がん哲学外来にロゴセラピーを取り入れる。

筆者は、オーストリアの精神科医ヴィクトール・フランクル（1905-1997）のロゴセラピーを学ぶことで大きなヒントを得た。フランクルは、第二次世界大戦時のナチスドイツのユダヤ人強制収容所で過酷な状況に置かれた人間の様子を記録した「夜と霧」の著者として世界

的に知られる精神科医である。精神療法ロゴセラピーを創始し、人間とは何か、人は苦境をいかに生きることが出来るか、苦境にある人をどのように支援することができるかを考え、実践した20世紀の偉人である。

フランクフルは、人間を心と身体だけでなく、精神次元を持つ総合的な存在と見なした⁴⁾。心と身体は衰えるが、人の精神は衰えることなく、心身を支援しコントロールすることができる。筆者は真宗王国と呼ばれる金沢の出身であるが、フランクフルの考えは仏様の教えと似ていると感じ、受け入れやすいものであった。仏教の最大の教えは、心と精神は別物、自分の心と自分自身とは別物ということである。これらのことを、4コマ漫画「ブツダとシツカブツダ3：なあんでもないよ（小泉吉宏著、メディアファクトリー）」を用いて紹介した。

7) 自己超越と自己距離化

ロゴセラピーの重要なキーワードは、自己超越と自己距離化である。人は精神次元からの視線を強めることで自分の心身の外にある意味（価値）へ視線を向けることができる。これが自己超越である。視線を向ける先は、神や真理などでなくても、他者のことや自分の過去などなんでもよい。

自己距離化とは、その視線を用いて、精神次元から自分の心身を再度見直すことである。それはあたかも鳥が上空から地上を見下ろす俯瞰的な視点である。これらにより自分の身体と心だけに囚われない姿勢（態度）を得られる。

8) 三つの意味（価値）

ロゴセラピーのもう一つの重要なキーワードは意味である。ロゴセラピーのロゴとはロゴス（意味）のことである。フランクフルは、人間は意味への意志を持つとし、人間の三つの意味（価値）として創造価値（創る人間）、体験価値（愛する人間）、態度価値（苦悩する人間）を取り上げた⁵⁾。

創造や体験は、楽しく刺激的なことで、自分自身の心身に喜びを与え、自分の評価を高めることにも役立つので、意味（価値）として直接的に分かりやすい。一方で態度とは、苦境をどのように受け入れるか、苦境の中でどのように振る舞うかという姿勢のことである。態度は創造や体験とは異なり、自分自身の心身に直接的に喜びを与えるものではないので、意味（価値）としては分かりにくい。しかしフランクフルは、この態度こそ最も意味がある（価値がある）と位置づけた。

9) 人は態度価値の実現を問われる存在である

フランクフルトは、人間は人生から問いかけている存在であると述べている。人が老病死を生きる中で、創造や体験ができなくなることは必ず起こりえる。創造価値や体験価値の実現ができなくなった状況で、人は初めて態度価値の実現が問われるようになる。どのような態度をとるか、未来に希望を持つことができるかが問われるのである。

10) ログセラピーを基盤としたがん哲学外来

筆者はがん哲学外来を、患者が精神次元に意識を向け、精神次元の力（レジリエンス）により心身を見直せるよう支援する場と改めて位置づけた。患者や家族の様々な想いを聴き、同様の苦境を生きた人に関して例示し、創造や体験が困難になる苦境の中でも、自分の身体と心のみに関わらず振る舞うことは、勇気があり、品格があり、ユーモアがあり、人間らしいことであると伝えるようにしている。これを「ログセラピーを基盤としたがん哲学外来」と名付け、日々の活動に応用している⁶⁾。また毎週火曜日の午後には金沢大学附属病院で専門外来がん哲学外来を担当している。

11) がん終末期の病床を生きる人

がんが進行し最終段階になると、創造や体験を行うことは全く困難になる。最期には、何も創れず、何ごともなしえず、何も言うことさえできなくなる。そのような状況の患者さんでも、医療者に感謝の言葉を述べてくれる方は多い。苦境にあっても他者に気を配ることができるのは立派な態度価値であり、最後まで残る人間らしさである。この最終段階に表現される態度価値を、医療者が理解し承認することは、終末期の病床を生きる人に寄り添う重要な態度（ケアの技術）であると考えている。

12) 医学生への教育

ログセラピーを基盤としたがん哲学外来を実践するためには、医療者自身が自分自身の精神次元や態度価値に関して意識し考えることが重要である。

筆者が担当する金沢大学医学生の緩和医療実習では、「これまでに生と死を考えさせられた本、映画、芸術、自分の体験の一つを選び、人は苦境の中をいかに生きることができるかを考えよ。」との課題を与え、小グループ内で発表してレポートにまとめさせ、筆者が添削したうえで冊子に編集し、医学生全員に配布してきた。これをがん哲学教室と名付けた⁶⁾。

13) 看護師や薬剤師との連携

がん医療に関わる医師以外の医療者(特に看護師や薬剤師)が,がん患者さんの心の苦痛(スピリチュアルペイン)への対応に悩むことも多い。医療者がバーンアウトせずに業務を継続できるためにも, ロゴセラピーを基盤とするがん哲学外来の考え方は重要であると考え, 看護師や薬剤師を対象とした研修会(新しい医薬看護連携を目指して)も開始している。

引用文献

- 1) 山田圭輔. 麻酔科医によるがん疼痛マネジメント：脊椎転移の疼痛治療と麻酔科医. 日本臨床麻酔学会誌. 2009；29：120-126.
- 2) 山田圭輔, 武川治水, 山本 健. 緩和ケアチームと麻酔科医の関わり：麻酔科医による専門的な痛み治療と援助的コミュニケーション. 日本臨床麻酔学会誌. 2012；32：33-38.
- 3) 樋野興夫. 「がん哲学」事始め. 樋野興夫著. がん哲学外来入門. 東京：毎日新聞社, 2009；10-20.
- 4) 勝田茅生. ロゴセラピーの人間像. 勝田茅生著. フランクルの生涯とロゴセラピー. 東京：システムパブリカ, 2008；73-85.
- 5) 諸富祥彦. 運命と向き合って生きる. 諸富祥彦著. NHK「100分 de 名著」ボックス. 絶望の果てに光がある. フランクル 夜と霧. 東京：NHK 出版, 2013；77-97.
- 6) 山田圭輔. 死にゆく人にどのように寄り添えばよいのか：がん哲学外来とがん哲学教室の試み. 麻酔. 2016；65：255-261.