

きりり! 情報局

NPO法人エンパワリング プレストキャンサー(E-BeC)

代表：真水美佳さん



「乳房再建手術」への正しい理解と患者さんのQOL向上をめざして」という目標をかかげ、「乳房再建手術」に関する正確な情報を広く提供することを主軸に、目黒区中根で活動しています。

始めたきっかけは？

私自身が乳がん経験者で、大変な思いをしたことがきっかけです。2008年に両側りょうそく乳がんとなり、告知され、「右側は乳房全摘出」と先生に言われ切らない方法はないか」と大変悩みました。ちょうど当時の医師から「乳房再建手術」があることを聞き、病院を探し回るうちに手術難民になってしまったのです。そこで手術できるか、乳房再建者のブログは真実なのかも分かりません。絶望的な気持ちになりましたが、再建手術について話を聞こうと思いついた病院で、運よく話をじっくりと聞いてくれる先生の診察を受けることができました。「この先生にお任せしよう」と即決。乳がん再建の手術を受け、救われました。

この経験から、「乳がんはきれいに治すことができるのだ」ということを目に見えぬ形で伝えたいと思い、写真集「いのちの乳房 乳がんによる「乳房再建手術」にのぞんだ19人」(撮影・荒木経惟、出版・赤々舎)を2010

年11月に出版しました。

写真集を通じて、乳房再建を知っていれば手術に前向きになれる事同じ悩みを抱える方々への正しい情報発信、ピアサポート(※)の必要性を感じ、仕事を辞めて2013年にNPO法人を設立しました。

※同じ悩みや症状をもつ仲間同士が体験を語り合い、互いを支え合う取り組み

E-BeCの活動について

E-BeCでは乳房再建を多くの方に理解してもらうため、そして乳がん患者さんのQOL(Quality of Life)生活の質)向上のため、4つの柱を軸として活動しています。

1つ目は「ウェブサイトを利用した科学的根拠に基づいた正しい情報発信」です。まだまだ乳がんに関する情報は少なく、患者さんたちはSNSの情報の真偽に困惑しています。そのため専門家と連携し正しい情報提供を行っています。2つ目は「乳房再建全国キャラバン」です。地方と都市部の情報格差を無くすために開催しています。現在はコロナ禍でオンラインセミナーが主流となっていますが、状況が良くなれば対面式セミナーを再開していく予定です。3つ目は「乳房再建手術Handbook 乳がん患者さんのためのQOL向上ガイド」の作成・配布です。企業や病院の協力のもと、全国の医療機関やクリニックに置かせてもらっています。4つ目は、乳がん患者さん達への「乳房再建アンケート調査」です。セミナーでも意識調査を実施し、結果はE-BeCのHPにアップ

しています。医療関係の方々も参考にしてください。

印象に残っていること

乳房再建全国キャラバンでの経験です。乳がんは、家庭でも社会でも働き盛りの女性に大きな影響を及ぼします。手術方法の決定、子育てや介護、仕事はどうするかなど考えることが山ほどあります。結果、精神的にダメージを受け、誰にも相談できなくなるケースもあります。そんな中、乳房再建のセミナーを受講したことで、前向きに手術を考えることができた。という喜びの声を数多くいただいたのです。そのとき、誰にも相談できず悩んでいる方々を支援する活動を、今後も推進していきたいと思いを強くしました。

乳がんの女性活躍推進への影響

職場の管理職や人事労務の方々も、乳がん・乳房再建について理解があると良いと思います。大切な働き盛りの人材を守るためにも、職場への啓発活動を進め、患者さんのQOLをサポート

取材を終えて

約11人に1人が乳がんを一度は経験する、と言われてます。「早期に発見すれば90%以上が治癒する病気」という知識を知っているという方は多いと思いますが、かかってしまったらどうしたらいいのか、まで考えている人は少ないのではないのでしょうか。乳房再建について、E-BeCの活動の意味は大きいと感じました。多くの方に活動内容を知ってもらいたいです。

英語でガンは「Cancer」といいますが、「カニ」の意味で、カニが手足を広げたようなかたいしこりが、表面から触られるようになることを表現したものといわれています。「どうせ分らないから」とか「見つかったと怖いから」とあきらめずに、セルフチェックで、できるだけ早期のしこりや変化を見つけていきましょう。(取材担当：遠藤・中村・大石)

★「きりり! 情報局」は、目黒区男女平等・共同参画センター運営委員会のメンバーが取材・執筆しています。

トしていきたいと思えます。

男性の乳がんについても事例があり、乳房切除・再建された方もいらっしゃいます。ですから、乳がん手術・乳房再建は男女問わず共通の課題であり、社会の課題でもあります。共に学ぶ機会を提供することが大切だと思います。

目黒区の皆様へメッセージ

「納得のいくまで先生とお話をする」ことをお勧めします。ある意味、わがままな患者の方が良いと思います。もちろんモンスターになつてはいけません。このだけは絶対に譲れない」ということを先生に伝えてください。普段から、先生に対してフラットに「自分の意見を述べるよう心掛けると良いでしょう。また、手術を機会に「自分にとって、何が大切で、何を手放すことができるか」ということも考えてみてほしいです。

お伝えしたいこと

E-BeCは目黒区中根で活動しています。目黒区の皆様に「乳がん・乳房

再建・乳がん患者のQOL」

について幅広く知っていただくための発信に努めたいと思います。私たちは、医療従事者ではありません。乳

がん・乳房再建経験者です。同じ患者という視点にたつピアサ

ポーターです。乳がんに向かい合っている皆様と今ある課題を分かち合い、必要に応じて専門機関におつなぎいたします。

「過去のことは変えられない。まだ起こっていない未来のことも悩まさない。今できることをする」をモットーに患者さんのQOLを親身に考えます。

【情報①】乳房再建の方法

自分の組織(自家組織)を使う「穿通枝皮弁/筋皮弁法」、シリコンなどのインプラント(人工乳房)を使う「インプラント法」、最近では脂肪注入による再建方法もあります。

【情報③】乳房再建手術Handbook

アラガン・ジャパン(株)のご協力を得て作成し、全国の医療機関やクリニックに置いています。聖マリ安娜医科大学病院、筑波大学付属病院の先生方に監修をお願いし、乳房再建手術方法、乳頭・乳輪の再建、術前後のケアについて詳しく説明しています。

【情報②】男性の乳がん

乳がんは一般的に女性に多い疾患ですが、男性の乳房に発生すること(男性乳がん)もあり、乳がん全体の約1%を占めるといわれています。発症者が多いのは60~70代です。

【情報④】乳がん保険

「MICIN少額短期保険」から、乳がんなどを経験した人が再発や新たながんに備えるための保険「乳がん・子宮頸がん・子宮体がん再発補償保険」という新しい商品も出ています。

