
研究報告

順天堂大学医療看護学部 医療看護研究19
P.52-61(2017)

外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思い

Thoughts and Feelings of Recurrent Breast Cancer Outpatients Undergoing Medical Treatment

宮津珠恵¹⁾
MIYATSU Tamae

岡本明美¹⁾
OKAMOTO Akemi

要旨

外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いを明らかにし、再発乳がん患者が自分らしく療養生活を送るための外来看護援助を考察することを目的に、13名の患者から半構造化面接によりデータを収集し、質的帰納的に分析した。分析の結果、外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いは【友人、姉妹、夫の関わりに感謝する】【親や子供、職場、友人に迷惑をかけたくない】【乳がんと一緒に元気な今を前向きに生きようと思う】【予測される死を冷静に受けとめる】【更なる転移や病状の悪化、治療法がなくなることを不安に思う】【抗がん剤の副作用の出現や副作用による外見の変化を恐れる】【経済面が不安だ】【再発後の生活に関する情報が少なく不安に思う】【受ける治療は自分で選ぶ】等の12の大表題に集約された。外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いには、身近な人々への感謝と負い目の相反する思いに葛藤する等の特徴があると考えられたことから、再発乳がん患者の家庭や社会での役割に対し、患者と共に生活の調整を行なうことと、変化した役割を患者自身が認められるように関わること、等の外来看護援助が示唆された。

キーワード：再発乳がん患者、外来通院治療中、思い

Key words : Recurrent Breast cancer patients, Outpatients, Thoughts and feelings

I. はじめに

乳がんは、我が国の女性のがん罹患率の第1位であり、罹患者数は年々増加傾向にある。乳がんに対する手術療法や化学療法、ホルモン療法などの全身療法の進歩により、乳がんの5年生存率は9割¹⁾と、女性の全がんの5年生存率66.0%と比べて高い。したがって再発後も治療を受けながら長期にわたって療養生活を送る乳がん患者は少なくないと考えられる。

再発乳がん患者には、延命と症状緩和を目的として化学療法やホルモン療法が行われるが、治療の場は主に外来である。そのため再発乳がん患者は、病状の進行に伴う症状のコントロールや生活の調整に加え、化

学療法やホルモン療法の有害事象へのセルフケアを行うことを余儀なくされる。また乳がんは、肺・肝・骨・脳などの遠隔臓器への転移が多いが、再発しても終末期までADLが保たれる患者が多い。つまり、再発乳がん患者のQOLを高めるためには、がんと折り合いをつけながら自分らしい生活を送れるよう支援することが、重要である。

我が国における再発乳がん患者に関する先行研究は少ない²⁾。先行研究からは、再発乳がん患者は、死を意識することや不確かさの感覚が増し、楽しみや生きる意味が減少するという困難を抱えており、主観的なQOLを回復するために自己の内的基準や価値観を変化させて対処していた³⁾こと、再発乳がん患者ががんとともに自分らしく生きるために、治療法そのものの知識に関するニーズや副作用への対処法、身体に不

1) 順天堂大学医療看護学部
Juntendo University Faculty of Health care and Nursing
(Oct. 28, 2016 原稿受付) (Jan. 25, 2017 原稿受領)

調や大きな変化があった時の対処法など日常生活における対処法のニーズがあること⁴⁾が明らかになっている。また、外来で化学療法を受けている再発乳がん患者は、現実を受け入れ、他者とのつながりを通して自分らしく生きていく⁵⁾こと、嘔気・嘔吐、倦怠感、脱毛といった有害事象を経験しながらも、抗がん剤に生への希望を託している⁶⁾ことが明らかになっている。さらに、化学療法を受ける再発乳がん患者に関する先行研究では、再発や転移のあるがん患者は、治療の副作用の辛さや状態が悪化する懸念、死を意識する辛さ、治療による経済的負担、医師に質問することが躊躇われるなどの遠慮や戸惑いなど多くの困難を抱えており、心理的安定を得るためにがんの再発の体験を肯定的に捉えようとし、誰かに話を聞いてもらうなどの対処を行っている⁷⁾ことが明らかになっている。しかし、再発乳がん患者が日々の療養生活の中で抱く希望や喜びといった前向きな気持ちや感情については明らかになっていない。長期にわたり療養生活を送る再発乳がん患者が自分らしく生きることを支援するためには、患者が抱える苦悩や困難だけではなく、希望や喜びなど患者の支えとなる感情を含めた思いを理解することが必要である。

II. 研究目的

本研究では、外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いを明らかにし、再発乳がん患者が自分らしく療養生活を送るための看護援助を考察することを目的とする。

III. 研究方法

1. 研究デザイン

質的記述的研究デザイン

2. 用語の定義

本研究では、「療養生活で抱く思い」を、再発乳がん患者が外来で治療を受けながら生活する中で生じた身体的・心理的・社会的な困難さや悩み、希望や喜びなどの認識や感情と定義する。

3. 研究協力者

研究協力者は、初期治療として受けた手術療法後に再発・転移と診断され、医師から再発・転移があることと、根治的治療ではないことを説明され、外来通院治療を受けている乳がん患者である。研究協力の依頼

時点で疾病の急性増悪を示す所見がなく、パフォーマンスステータス (PS) が0~2で日本語でのコミュニケーションが可能な者に依頼した。また、面接可能な身体的・心理的状态にあると主治医と外来看護師が判断しており、研究参加に同意した者である。手術療法前後の補助療法の有無や現在を受けている治療方法は問わない。

4. データ収集方法

研究協力施設は、首都圏にある地域がん診療連携拠点病院で、研究協力候補者は、研究協力者募集のポスターを乳腺科外来に掲示して募集した。研究に興味のある乳がん患者が自由に研究についての情報を入手できるよう、研究協力者募集のポスターの傍に、封書に入れた研究協力依頼書を置いた。研究協力依頼書を読み、研究参加に興味をもった研究対象候補者は、研究についての説明を受けるための日程調整表を研究者宛に郵送し、研究者は指定の日時に研究対象候補者に文書と口頭で研究説明を行い、同意が得られた者を研究協力者とした。

データ収集は、半構造化面接で行った。面接は1回、30~60分程度とし、研究協力施設のプライバシーが確保できる個室で行った。面接内容は、研究協力者の許可を得てICレコーダーに録音した。録音の許可が得られなかった場合は、面接内容をメモにとった。面接の内容は、個人が特定されないよう逐語録に起こした。

5. 調査内容

インタビューガイドに基づき、再発後の通院治療が生活に及ぼした影響、再発後の通院治療による生活の変化や治療についての思い、再発後の通院治療生活での困難や苦悩とその対処法、再発後の通院治療生活での喜びや良かったと感じたこととその理由、再発後の通院治療生活の中で大切にしていることや生きる支えとなっていることについて、研究協力者に語っていただいた。研究協力者の年齢、現在の職業、家族構成、治療経過と治療内容、既往歴については、診療録、看護記録から情報収集を行った。

6. データ分析方法

データ分析は以下の手順で行った。

- 1) 各研究協力者の逐語録を繰り返し精読する。
- 2) 再発乳がん患者が療養生活で抱く思いに関連のある記述部分を、前後の文脈を読み取りながら、一

表1 対象者の概要

対象者	年齢	職業	同居家族	再発・転移部位	PS	再発からの年数	現在の治療
1	40歳代	無	夫、長女	骨盤	0	10年	化学療法
2	60歳代	無	夫	肺・肝臓	0	9ヶ月	化学療法
3	70歳代	無	長女	肺	1	1年6ヶ月	ホルモン療法
4	70歳代	無	夫、長女	肝臓	1	2年9ヶ月	化学療法
5	40歳代	有	夫	胸骨	1	3ヶ月	ホルモン療法
6	50歳代	有	父、母、妹	肝臓・皮膚・胸壁	0	1年2ヶ月	ホルモン療法
7	60歳代	有	母	肝臓	0	2年6ヶ月	化学療法
8	60歳代	有	無	腰椎・肺	2	11ヶ月	化学療法
9	50歳代	有	夫、長女、長男	肺	0	4年8ヶ月	化学療法
10	60歳代	無	無	腰椎	0	6年1ヶ月	化学療法
11	40歳代	有	夫、長男、次男	卵巣	1	4ヶ月	ホルモン療法
12	60歳代	無	夫	仙骨	0	11ヶ月	ホルモン療法
13	40歳代	無	夫、長女	胸椎	0	2年6ヶ月	ホルモン療法

つの意味内容が含まれるまとまりとしてそのまま抜き出す。

- 3) 抜き出した文章を、研究協力者の表現を活かしながら、内容が明確になるように簡潔な文章にする。
- 4) 簡潔な文章に含まれる意味内容を一文で表現し、簡潔な一文とする。
- 5) 全研究協力者から得られた簡潔な一文を、意味内容の類似したもので集め、共通する意味内容を一文で表し、表題とする。
- 6) 表題を意味内容が類似したもので集め共通する意味内容を一文で表し、大表題とする。

データの全分析過程において、研究者間でデータの解釈に飛躍や偏りが無いように繰り返し検討を行い、信頼性・妥当性の確保に努めた。

7. 倫理的配慮

本研究は、順天堂大学医療看護学部（承認番号：順看倫26-20）および研究協力施設（承認番号：26-454）の倫理審査委員会の承認を得て実施した。研究協力者の任意性と研究参加への自己決定の遵守、個人情報保護に留意して研究を進めた。研究の目的、方法、データ管理、研究協力の自由意思、研究参加の利益および不利益とそれに対する配慮、研究の公表方法などを説明し、同意書への署名を得たうえで行った。研究協力者の身体的負担を考慮し、インタビューの開始前に体調を確認し、体調の変化に注意を払いながら実施した。また、病気や生活上の問題について質問されることによる精神的負担に対する配慮として、話したくない場合には話す必要がないこと、途中辞退も可能なことを保証した。

IV. 結果

1. 研究協力者の概要

研究協力者は13名、平均年齢は59.6歳（46～78歳）、再発からの経過日数は3か月～10年、現在受けている治療は、ホルモン治療6名、化学療法7名であった。研究協力者の概要を表1に示す。研究協力者への面接回数は全員1回で、面接平均時間は45.8分（30.0～70.5分）、面接中に体調不良を訴えた者はいなかった。

2. 外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思い

全研究協力者から、外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いの簡潔な一文は130抽出され、それらは34の表題に集約され、最終的に12の大表題に集約された（表2）。以下、《 》は表題、【 】は大表題を示す。また、「 」は対象者の語りを示す。

1) 【友人、姉妹、夫の関わりに感謝する】

この大表題には、《友人が変わらずに接してくれることに感謝する》、《友人や姉妹、夫の気遣いをありがたいと思う》の2つの表題が含まれた。これらの表題には、「自分が病気だということを知っていても知らなくても、普通に接してもらえることが一番うれしい（対象1）」などが含まれた。

2) 【親や子供、職場、友人に迷惑をかけたくない】

この大表題には、《他の人の役に立ちたい》、《子供や両親の負担になりたくない》、《親の役割が果たせず申し訳なく思う》、《職場や友人に迷惑がかかることが心配である》の4つの表題が含まれた。これらの表題には、「（体の状態が）仕事がギリギリできるところまでいっても、まだ世の中の役に立ちたいと思います（対

表2 外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思い

簡潔な一文	表題	大表題
自分が病気であることを知っていても知らなくても、病気に構わず普通に接してもらえることがうれしい	友人が変わらずに接してくれることに感謝する	友人、姉妹、夫の関わりに感謝する
遠方に住む友人が、自分にとっても気分転換だからと会いに来て話を聞いて普通に接してくれることに感謝する		
昔から付き合いのある友人が気晴らしにランチやショッピングに誘ってくれることをありがたいと感じる		
周囲の人から治療していても元気で変わらないと言われることは、どんなお見舞いの言葉よりも励まされる旅行や友人との外出は気分転換や免疫にいいと感じる		
自分の病気のことを知っている友人との付き合いも、知らない人との付き合いも、どちらもそれぞれの楽しみがある	友人や姉妹、夫の気遣いをありがたいと思う	
健康などときには感じなかった家族や友人の何気ない優しさを日々感じる		
夫は自分が病気だからと特別気を使う感じはなく明るく和ませてくれるので助かる		
夫がさりげなく家事を手伝ってくれるようになったことをありがたいと思う		
励ましあうのではなく、趣味の話と同じように病気のことを話せる姉妹がいてよかったと思う	他の人の役に立ちたい	
自分のことばかりではなく、何でもいいから人の役に立ちたいと思う		
仕事ができるぎりぎりの状態でもなんとか乗り切って復活して世の中の役に立ちたい		
いざ体の調子が悪くなった時には子供の負担になりたくない		
病気でなくとも人の命はいつどうなるかわからないので、自分がいなくなった時のことを家族と考えたい	子供や両親の負担になりたくない	親や子供、職場、友人に迷惑をかけたくない
年をとった親に再発のことを話して心配をかけたくない		
自分の先行きよりも離婚した長女の未来を心配に思う		
自分の病気よりも子どもの体調や行く末を心配に思う		
病気になることで子どもに気を使わせて我慢させてしまっていることが申し訳ない	親の役割がたせず申し訳なく思う	
友人との旅行は万が一自分に何かあったら迷惑をかけてしまうかもしれないと思い、二の足を踏む		
再発したことで職場に迷惑がかかるかも知れないと考える		
職場や友人に迷惑がかかることが心配である		
つらく感じた抗がん剤治療を頑張ったので、再発していても元氣な今の状態でいられると感じる	先の不安はあるが、元氣な今を楽しみたい	
また今週も病院に来れたと、自分の足で歩いて受診することを励みに感じる		
病気をして良かったとは思わないが、どうしようもないほど辛いことばかりでもないと思う		
検査結果にドキドキしながらも今はやりたいことをやっているという前向きの気持ちがある		
今が楽しいのでこのまま一日でも長く続いていければよいと思う		
自分に期待される役割があり周囲から頼りにされるので仕事に行くことで前向きになれる		
まだ若い子供たちの成長を見守ることを励みに思う		
せつかくこの世に生まれてきたのだから鬱々とした気持ちにならず精一杯生きなきゃ神様に申し訳ないと思う		
病気が悪くなる不安はあるが、できるだけ前向きに考える		
過去を振り返って後悔しても戻れるわけではないので、くよくよするのはやめようと思う		
自分より大変な人と比較して幸せだと思うのではなく、毎日の生活のなかで楽しみを見つけようと思う		
自分で決められない寿命を延ばすことばかり考えるよりも、今を楽しんで過ごしたいと思う		
自分の人生の終わりに備えてきちんと用意しておきたいと思う		
いつ何があるかわからないので、趣味の旅行などやりたいことはやろうと思う		
定年退職してからやりたいと思ってたことを早めに全部やっておこうと思う		
いつ死ぬのかと病気の先行きのことは頭の片隅にありながらも振り回されないようにしたいと思う	治療だけで人生が終わるのではなく、やりたいことをやりたい	
治療するために生きて一生を終えるのは切ない		
再発しても長期間元氣な人がいると医師から聞き、子供の成長の節目までは生きる辛い治療も頑張ろうと思う		
再発してもうだめかと思ったが、医師から再発しても長期間元氣な人がいると聞いたことで、一年一年頑張ろうと思う		
病気のことは考えられないのはまっぴらなので、どんどん治療をしようと思う	再発しても乳がんには負けないようにがんばって生きようと思う	
年老いた家族とペットを見送るまでは何にしがみついても自分は生きなければと思う		
年老いた家族とペットを見送ってしまったあとは無理はしたくないと思う		
仕事や家族のことは心配だが、病気に負けない闘う気持ちが強い		
本当は病状がすごく悪いかもかもしれないが、悪いと思わずに頑張って治したい	乳がんと長く付き合っていこうと思う	
体がつらいときは気持ちが下が向いている中で何とか今日1日をごんばろうとしている		
体調が悪くて辛い状態で笑う元氣がないのはいけないと思うが、しょうがないとも思う		
無理に頑張るのではなく、大切なのは余分な力を抜いて過ごすことだと思		
治療しないと余命は1年半と医師から説明を受けたので、嫌だと思っていた化学療法をやってみようと思う	がんがんに怯えてはいけな	がんがんに怯えてはいけな
再発しても自覚症状がなく、乳がんは見えない世界のこと		
病状の見当がつかないことを不氣味だと思		
乳がんは再発してもずっと悪くなるわけではないので訳のわからない病気だと感じる		
乳がんは病気の経過が長く一生もの付き合いなので他のがんとは少し違うと感じる	がんがんに怯えてはいけな	がんがんに怯えてはいけな
がんがんに敵対心を持つのではなく生活に支障が出なければ共存でいいと思う		
今を楽しんで生きる子供の様子から、がんだけに怯えてはいけな		
予後を知るとそのまま元氣でいられる自信がないので、医師が話さないなら自分は今は知る必要はない		
治すのは無理な病気だが、氣力で進行を遅らせられる部分はあると思	今が元氣なので予後は知らなくてもよい	
死に方は選べないがいずれ人は死ぬものだと冷静に受けとめている	がんの進行は氣力で遅らせられると信じる	
いずれ人は死ぬものだと今は受け止めているが、いざ死に直面する時にはバタバタするかもしれない	予測される死を冷静に受けとめる	予測される死を冷静に受けとめる
体の状態が悪くなる時には別な考えが出ると思	再発の診断にショックを受ける	
転移していると言われたときはショックだったが、早い段階で見つかった	治療が効かなくなることを不安に思う	
再発がんは助からないと本に書いてあったので医師から再発を聞いたときはがんといわれたときよりもショックだった		
副作用で薬剤を変更したので、副作用が強くて今の薬が使えなくなったらどうなるのかと心配に思う		
治療薬は効いているのか、病気は良くなっているのかとふとした拍子に思い浮かぶ		
副作用の出現で治療が予定通りにできないことにつながる	更なる転移や病状の悪化、治療法がなくなることを不安に思う	
副作用のため薬剤を減量して治療する際には、治療の効果が薄らぐのではないかと心配になる		
いずれ治療が効かなくなる時がきて、がんがんに太刀打ちできなくなるのが怖い		
味覚障害により食べられないことで痩せてしまうと治療ができなくなるのは困る		
痩せて治療ができなくなると困るので食べないとだめだと思		

表2 外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思い（続き）

簡潔な一文	表題	大表題		
先行きのことはなるべく気にしないようにしているが、とても心配に思う	今後の病状の先行きを不安に思う	更なる転移や病状悪化、治療法がなくなる不安に思う		
今後、病状が悪くなったらどうなるのかなと考えることがある				
たとえ同じ病気の人でも病気の進行が不安なのは皆同じだと思う				
再発してからはいつ何があるかわからないという気持ちがある				
自分の寿命のことを考えて落ち込んだり、意外と大丈夫かなと思ったり、その時々のお気持ちの揺れに身を任せる				
病気がどうなるのか先のみえない心配はある				
転移した腫瘍が表層に露出しており、大きくなるのが目に見えるので不安になる				
表層に露出した腫瘍をみて、体の中でも転移が進んでいるのではないかと不安になる				
再発がわかって以降、診察を受ける時にどきどきしてちょっと怖い気持ちで緊張する				
自覚症状がなくCTや血液検査の度にドキドキと不安な気持ちになる			診察や定期検診のたびに転移があるのではと不安になる	
自分は元気だと思うが、知らないうちにあつちもこつちも転移しているかもしれないので検査の結果を聞くのが怖い				
採血のたびに腫瘍マーカーの変動が不安で通院を苦痛に感じる				
普段は病気のことは忘れて生活しているので病院で検査を受けることを重荷に感じる				
定期検査の結果に一喜一憂して心が乱れることが苦しい				
外見上はとても元気だが内心では（転移を）一番怖がっている	転移が怖い			
内服治療で数値が安定しているため通院の間隔が空くことは嬉しい反面、不安もある	通院間隔が空くのは不安だ			
がんの親戚の話聞いて、さらに他の部分に転移することが一番怖いと恐れている	本やインターネット、他者の話から更なる転移や死を想像し不安になる			
本で読んだ知識や家族の経験から骨転移の痛みが出たら終わらだ不安に思う				
病気や再発についてインターネットや本で調べると悪いことが書いており気持ちが落ち込む				
再発や転移をした乳がん患者のブログが数年で途絶えているのを目にして、自分も同じようになるのかなと不安に思う				
抗がん剤をしていることを知られたくないのでウィッグやメイクでカバーすると気持ちが楽になる		抗がん剤による脱毛や色素沈着により気持ちが後ろ向きになる		
抗がん剤治療の副作用に外見の変化がなかったら、もっとつらさが少ないと思う				
気にするほどではないとは思いますが、抗がん剤の副作用の色素沈着が嫌だと思う				
抗がん剤の副作用による色素沈着が気になり他の人についていくような引いた気持ちになる				
化学療法の副作用の脱毛は今ほひどくないが、治療を長く続けると全部抜けるのじゃないかという不安がある			副作用が辛い	
以前の化学療法による味覚障害の症状が再び強くなり、日によって気持ちの悪さが強くなるのがきつい				
治療薬の変更があった直後は、自分の感じている症状が副作用によるものではないかと心配に思う				
化学療法の悪いことばかり書いてある本を読み怖いと思っていたが、やってみたら生活にほとんど変化がなくて安心した	副作用の出現を心配する			
仕事は続けられるのか、治療費の問題などすべてが不安だ	仕事や治療費が不安だ			経済面が不安だ
治療以外に普段の生活のなかで何をしたら転移しないだろうかといつも考える	治療以外にがんの悪化を防ぐことを生活に取り入れたいが、何が良いのか迷う			
ひとつひとつの物事が体にいいことなのか悪いことなのか考えて毎日が悩みの連続である				
がんを消す食事やがんにならない方法などの民間療法の情報いろいろあって、自分はどうしたらいいのかと迷う				
がんを消す食事療法は本によって書いてあることが違い、どちらが正しいかわからず迷う				
その人その人で状態が違うので、多くの民間療法から自分に合ったものを選ぶのは難しく迷う				
何かをやらないと病気が悪くなるような恐怖を感じるが何をすればいいのかかわからない				
がんになった時や予防の本はたくさんあるが、再発した後の本はなく、自分はどうしたらいいだろうかと不安に思う		再発後の情報が少なく不安になる		
痛みは嫌だと思いが、延命治療は受けたくないと思う		自分が受ける治療は自分で選びたい		
自分が生きやすい生き方ができる治療を選びたい				
医師の勧める治療を拒否することは不安だが、自分が嫌なものは1回やめてもいいと思う				
定期検査の結果、治療変更を勧められた場合には自分の意向をわかってくれる病院に逃げてもいいと考える				
自分で治療を決めることでストレスがなくなり病気になることを忘れる				
同じ病気で同じ世代の仲の良い人と話すことが楽しみの一つと感じる	同病者との関わりで支えられる			
自分と同じような治療をしている患者と外来の待合で話すことを楽しみにしている				
自分の気持ちを話す患者会に参加し、先輩患者の話や話を聞くことで元気になると感じる				
同じ趣味を持つ乳がん患者の友人から治療について聞くことが支えになる				
同じ趣味を持つ乳がん患者の友人と外出することが支えと感じる				
気をつける事がたくさんあると憂鬱だが、そんなに心配しなくていいという医師の言葉をありがたいと思う		医師の診察や説明の仕方に安心する		
いつも迷惑がらずに丁寧に説明してくれる医師に信頼を寄せる				
骨転移の専門家と相談しながら診察する医師に安心を感じる				
信頼できる医師に巡り合えるのは幸せだと思う				
一つの薬が効かなくても、洋服を着替えるように薬を変えるという医師の言葉に励まされる			自分の生活にあった治療をしてくれる医師を信頼する	
医師が治療効果と副作用のバランスをみて治療スケジュールを調整してくれたことに気持ちが救われる				
治療の場所や治療の内容を自分の生活に合わせて選ばせてくれる医師に信頼を寄せる				
自分で病気のことを調べるよりも、わからないことは医師に聞こうと思う				
看護師には相談しやすいので、ネットで自分で調べるよりも看護師に聞いた方がよいと思う				
初めての治療の時には気軽に話し相手になってくれる看護師がありがたいと思う	気軽に話しかけてくれる看護師の存在がありがたい			
自分の身体の状態や趣味を覚えていて、話しかけてくれる看護師の気遣いが嬉しい				
顔見知りの看護師が体調を気にかけて話しかけてくれることが励みになる				
看護師が患者の味方として医師に言えないことを受け入れてくれたことに感謝する				
医師にも先のことははっきりとわからないので先のことは聞いてはいけないように感じる		医師に聞きたいことが聞けない		
医師はよく診てくれるが、医師の忙しさや診察を待つ他の患者を気にしてしまい、自分の聞きたいことが聞けない				
医師から説明を受けたが、病気の悪性度などはっきり覚えていないことを詳しく聞きたい気持ちがあるが聞けない				
医師は時々言葉が足りないことがあるが、病気について説明されすぎると不安になりそうなので、まあいいかとも思う				

象8)」「病気になるって、子供たちが我慢している部分があるので、申し訳ないっていう気持ちはあります(対象11)」などが含まれた。

3) 【乳がんと一緒に元気な今を前向きに生きようと思う】

この大表題には、《先の不安はあるが、元気な今を楽しく前向きに過ごしたい》、《治療だけで人生が終わるのではなく、やりたいことをやりたい》、《再発しても乳がん負けずにがんばって生きようと思う》、《乳がんと長く付き合っていこうと思う》、《がんに怯えてはいけなと思う》、《今が元気なので予後は知らなくてもよい》、《がんの進行は気力で遅らせられると信じる》の7つの表題が含まれた。これらの表題には、「再発してからはいつ何があるか分からないので、やりたいことはやろうと思う(対象5)」「本当はすごく(病状が)悪いかもしいけど、そういうふうには思いたくないし、頑張るって治そうという気持ちがある(対象11)」「(病状が)悪くなっているとしても、生活に支障が出なければいいから。あんまり敵対心を、がんを持たないように(対象13)」などが含まれた。

4) 【予測される死を冷静に受けとめる】

この大表題には、《いずれくるであろう死を冷静に受けとめる》が含まれた。この表題には、「もう末期症状になったら、今のようなことは言えないと思う。絶対変わってくると思うけど、今はまあ、なるようにしかなんないよねって(対象10)」「父の死、母の死を見て、死に方は選べないんだけど、いずれ人は死ぬよねって。(自分が直面したら)ばたばたするかもしれませんよ。でも、今のところわりと冷静に受けとめられる(対象12)」などが含まれた。

5) 【更なる転移や病状の悪化、治療法がなくなることによる不安に思う】

この大表題には、《再発の診断にショックを受ける》、《治療が効かなくなることを不安に思う》、《今後の病状の先行きを不安に思う》、《診察や定期検診のたびに転移があるので不安になる》、《転移が怖い》、《通院間隔が空くのは不安だ》、《本やインターネット、他者の話から更なる転移や死を想像し不安になる》の7つの表題が含まれた。これらの表題には、「血を採るたびに不安。ちょっと不安定になってきているので、数字が。治療方針がそれでまた変わってくるので(対象9)」「(本やインターネットに書かれていることが)怖いんですね。変なふうによく書かれて、だんだん悪くなるみたいな感じで書かれてるの見ちゃうと、また

どんどん気持ちが落ち込む(対象5)」などが含まれた。

6) 【抗がん剤の副作用の出現や副作用による外見の変化を恐れる】

この大表題には、《抗がん剤による脱毛や色素沈着により気持ちが後ろ向きになる》、《副作用が辛い》、《副作用の出現を心配する》の3つの表題が含まれた。これらの表題には、「(皮膚の色素沈着が)やっぱりちょっと人前では嫌だったかなと。気にすることではないとは思いますが、他の人はちょっと日に焼けた人だなぐらいに思うんだけど。なんかちょっと引っ込み思案になりました(対象7)」などが含まれた。

7) 【経済面が不安だ】

この大表題には、《仕事や治療費が不安だ》が含まれた。この表題には、「仕事を辞めなくちゃいけないだろうとか。そうすると、治療費払えなくなるだろうとか、そういうこと全て不安です(対象8)」などが含まれた。

8) 【再発後の生活に関する情報が少なく不安に思う】

この大表題には、《治療以外にがんの悪化を防ぐことを生活に取り入れたいが、何が良いのか迷う》、《再発後の情報が少なく不安になる》の2つの表題が含まれた。これらの表題には、「(民間療法の本を読んで)一応お肉は食べないように気をつけてるんですけど、体力を維持するためには食べたほうがいいっていう本もあって、分からんわ、どうしたらいいの、みたいな(対象6)」などが含まれた。

9) 【受ける治療は自分で選ぶ】

この大表題には、《自分が受ける治療は自分で選みたい》が含まれた。この表題には、「主人とも話し合いをして、自分が生きやすい生き方の治療を選んだらいいんじゃないかというふうで、先生から提案されても、ちょっと考えますとかやりたくないですっていうのは言えるようになって来た感じ(対象13)」などが含まれた。

10) 【同病者との関わりに支えられる】

この大表題には、《同病者と話すことは楽しみであり支えである》が含まれた。この表題には、「同じ病気で再発している人も、もうすっかり無罪放免になった人もいるし、さまざまですけども。やっぱり世代も同じぐらいたし、そこでいろいろお話することが楽しみの一つ(対象7)」などが含まれた。

11) 【医師、看護師を信頼する】

この大表題には、《医師の診察や説明の仕方に安心する》、《自分の生活にあった治療をしてくれる医師を

信頼する》、《乳がんのことは医師や看護師に聞こうと思う》、《気軽に話しかけてくれる看護師の存在がありがたい》の4つの表題が含まれた。これらの表題には、「(医師は) 質問にきちんとお答えくださる。迷惑がらずというか、表情とかお話の仕方が変わらないで、質問に丁寧に答えてくださるので、私にとって信頼できる先生 (対象12)」などが含まれた。

12) 【医師への質問にためらう】

この大表題には、《医師に聞きたいことが聞けない》が含まれた。この表題には、「先生が忙しいし、他の人も待っているの、聞けないと思う (対象6)」 「転移したことをいろいろ説明して下さると、逆にその言葉で不安になるかもしれない。先生が言わないから、まあいいか、みたいな。(病状の悪化の兆候があるかもしれないけど、(自分は) 知らないです。知る必要もないかなって (対象8)」などが含まれた。

V. 考察

本研究で明らかになった外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いの特徴と、再発乳がん患者が自分らしく療養生活を送るための外来看護援助について考察する。

1. 身近な人々への感謝と負い目の相反する思いに葛藤する

外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いのうち【友人、姉妹、夫の関わりに感謝する】、【親や子供、職場、友人に迷惑をかけたくない】から、外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いには、身近な人々への感謝と負い目の相反する思いに葛藤するという特徴があると考えられた。

田中⁸⁾は、家族や周囲の人々による治療の勧めや自分を気遣う思いが、再発・転移のあるがん患者が希望を見出す力となっていたと報告しているが、本研究では、家族や周囲の人々は、再発前と変わらない態度やさりげない気遣いで再発乳がん患者の療養生活を支える存在であった。また、再発乳がん患者は、再発後の病状の進行によって将来的に家族の負担となることを心配し、病状の進行や治療に伴って親としての役割が果たせなくなることを申し訳なく思っていた。再発・転移のある乳がん患者は、配偶者や家族に相談者がいることが心理的適応を低下させる⁹⁾。本研究の協力者も家族役割が果たせなくなることに対する申し訳なさや家族に迷惑をかけたくないという思いを抱いて

おり、心理的適応を妨げる可能性があると考えられた。また、再発乳がん患者は、再発に伴う治療や病気の先行きのことで周囲の人々に負担をかけることに対する心配や申し訳なさと共に、他者の役に立ちたいという思いを抱えていた。特に、同居家族のいない協力者では、仕事のできる限界に近いぎりぎりの体の状態でも、職業的役割を果たしたいという思いを述べていた。再発乳がん患者を支えているものの中には、主婦として、母親として、職業人として役割を持っていること¹⁰⁾があるといわれており、再発乳がん患者は、再発により家族や職場の人との関係性が揺らぐ中で、生活を調整しながら自分のあり方を見出し、他者に向かって自分を開くことで相互理解や信頼を深めていた¹¹⁾ことが明らかになっている。本研究でも、患者は再発する前と変わらない態度で接する家族に感謝していること、家族役割や職業的役割を果たせないことに負い目を感じていることから、自己の役割を果たし他者の役に立つことが、再発乳がん患者がQOLを維持する上で重要であると考えられた。また、家族役割や職業的役割の変化に対して自尊感情が低下することのないように働きかけることが必要と考えられた。したがって外来看護師は、再発乳がん患者の家庭や社会での役割と、役割に対する患者の考え方や希望を把握し、患者と共に生活の調整を行なうこと、必要に応じて患者と家族や職場との関係の調整に関わること、また、変化した役割のなかでも周囲から必要とされていることを患者自身が認められるように関わるのが重要である。

2. 死や将来への不確かさの中で治療に前向きに取り組むことで生への希望をつなぐ

外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いのうち【乳がんと一緒に元気な今を前向きに生きようと思う】、【予測される死を冷静に受けとめる】、【更なる転移や病状の悪化、治療法がなくなることを不安に思う】、【抗がん剤の副作用の出現や副作用による外見の変化を恐れる】、【経済面が不安だ】、【再発後の生活に関する情報が少なく不安に思う】、【受ける治療は自分で選ぶ】から、外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いには、死や将来への不確かさの中で治療に前向きに取り組むことで生への希望をつなぐという特徴があると考えられた。

外来で化学療法を継続する乳がん患者は、通院で治療を受けることの身体的・精神的負担や、副作用の辛

さ、取り除くことのできない身体症状の辛さや、再発や転移などの病状の進行により症状が悪化することの懸念、死を意識する辛さや自分らしく生きる事への揺らぎなどの困難を抱えている¹²⁾。本研究の協力者は病状の進行や先行きに関する不安を抱きながらも、現在を元気に過ごしていることに喜びを感じていると思われた。また、自分がやりたいことをやるという希望や、がんに負けないという強い思いを持ちつつ、自分の生き方にあった治療の選択やがんと付き合い方を考えていた。また、本研究では、再発乳がん患者は、家族を看取った経験などから、いずれ人は死ぬものだと、将来自分に訪れる死を冷静に捉えていた。飯塚ら¹³⁾は、化学療法を受ける再発乳がん患者は、病気を意識せず今を生きることができている事実価値を置いていることや、自分ではどうにもならない死や病状の進行に対して覚悟を決めていると述べている。本研究の協力者も、再発しても元気に生活できている今の穏やかな日々を前向きに過ごす中で、まだ遠いが必ず訪れる人生の終わりを俯瞰し、備える覚悟を持っていた。しかし、いざ死が身に迫った場合には、冷静でいられないかもしれないと語っていた。本研究の協力者は、死はいずれ訪れることを受け入れているが、元気で過ごしている今を前向きに生きることには希望を持っており、死はまだ遠いものと捉えているため、最期のときまでの過ごし方を客観的に考えることができていたと推察する。したがって外来看護師は、ADLが自立している現在を患者が悔いなく過ごせるよう、治療効果や病状の進行に対する不安を傾聴すると共に、副作用や病状に合わせた日常生活上の対応についての情報提供や相談を行うことが重要と考える。また、死を冷静に受け止めている状況の患者と共に人生の終わりを想定した過ごし方について考え、患者の病状が悪化し、死が間近に迫ったときには、患者の動揺を受け止めつつ、一緒に病状が悪化する前の考えを整理し、再度過ごし方を考えることが重要である。

さらに、同居家族がいない協力者は、病状の悪化に伴って働くことができなくなることや治療費が払えなくなることを懸念していた。外来で化学療法を受ける再発乳がん患者の困難の1つは治療による経済的負担があること、また、経済的負担は患者自身での対処が難しい困難である¹⁴⁾ことが明らかになっている。再発乳がんの治療で用いる抗がん剤や分子標的治療薬の中には高価なものがあるので、単身の患者や、患者が一家の家計を支えている場合には、収入が途絶えるこ

とは治療や生活が困難になることを意味する。したがって外来看護師は、患者の経済状況を把握し、必要に応じてソーシャルワーカーなどの専門家と連携することが重要である。

また本研究では、自分の生き方に合った治療を選択したいという協力者や、病院で受ける西洋医学的治療のほかに民間療法を生活に取り入れたいが、情報が氾濫し何が正しいのか分からないと話す協力者もいた。再発乳がん患者は、ホルモン療法や抗がん剤治療や放射線治療などの一般的な治療の他に、民間療法について知りたいニーズがある¹⁵⁾。したがって外来看護師は、治療選択や民間療法についての患者の思いを受け止め、専門的見地からの情報提供を行うことで、患者の意思決定を支援することが重要であると考えられる。

3. 医師への遠慮と同病者や医療者への信頼が共存する

外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いのうち【同病者との関わりに支えられる】、【医師への質問にためらう】、【医師、看護師を信頼する】から、外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いには、医師への遠慮と同病者や医療者への信頼が共存するという特徴があると考えられた。

再発乳がん患者が、同病者と気持ちや経験を話したいと思うこと¹⁶⁾、医師に対する遠慮の思いから、聞きたいことを聞くことをためらうこと¹⁷⁾、医療者への信頼といった思いを抱くこと¹⁸⁾は、本研究結果と一致していた。本研究の協力者には、医師に質問することに関して、医師の多忙さや、医師に質問することで診察を待つ他患者をさらに長時間待たせることに対する遠慮の他に、医師から病状の悪化を告げられることを恐れ、あえて自分からは質問しない思いを述べている協力者がいた。大堀ら¹⁹⁾は、再発乳がん患者は、医師との信頼関係を築いていたことや、病状をすべて知っていたことを報告しているが、本研究では、医師からの説明に対し受け身の姿勢で、病状についてあえて不確かにするを選択していることが明らかになった。外来通院治療を受ける再発乳がん患者は、遠隔転移があっても痛みなどの自覚症状がなく、これまでと同じ日常生活を送ることが可能な場合が多い。そのため、本研究で医師からの病状説明に対して受身の姿勢を選んでいた再発乳がん患者は、病状を明確に知ること、まだ遠いものと感じていた死が現実迫っていると認識することを恐れ、病状を不確かにすることで、再発しても元気に過ごしている目の前の日常を穏

やかに生きることを選択していると考えられた。外来通院治療を受ける再発乳がん患者は、終末期までADLが保たれ、一人で通院している患者は多い。患者が病状の詳細について知ることを希望していない場合、家族など身近な者に患者の病状が正しく伝わらない可能性がある。したがって外来看護師は、病気や病状に対する患者の受け止めを確認し、必要に応じて患者が聞きたいことを医師に聞けるように橋渡しの役割をすることや、患者が自らの病状を受け入れられるよう支援すること、患者が自らの病状を知らないことを選択する場合には、患者にとってのキーパーソンへの病状説明について患者と共に考えるといった支援を行うことが重要であると考えられる。

Ⅵ. まとめ

外来通院治療中の再発乳がん患者が療養生活で抱く思いは、【友人、姉妹、夫の関わりに感謝する】【親や子供、職場、友人に迷惑をかけたくない】【乳がんと一緒に元気な今を前向きに生きようと思う】【予測される死を冷静に受けとめる】【更なる転移や病状の悪化、治療法がなくなることを不安に思う】【抗がん剤の副作用の出現や副作用による外見の変化を恐れる】【経済面が不安だ】【再発後の生活に関する情報が少なく不安に思う】【受ける治療は自分で選ぶ】【同病者との関わりに支えられる】【医師への質問にためらう】【医師、看護師を信頼する】の12の大表題に集約された。これらの思いの特徴から、再発乳がん患者が自分らしく療養生活を送るための外来看護援助として、1. 患者の家庭や社会での役割に対し、患者と共に生活の調整を行なうことと、変化した役割を患者自身が認められるように関わること、2. 人生の終わりを想定した過ごし方について患者と共に考え、支えること、3. 患者の経済状況を把握し関係他職種と連携すること、4. 患者の治療選択に対する思いを受け止め、専門的見地からの情報提供を行い、意思決定を支えること、5. 病気や病状に対する患者の受け止め方を把握し、必要に応じて患者が病状を受け入れられるよう支援することや、医師との橋渡しの役割を担うこと、が必要と考えられた。

Ⅶ. 研究の限界と今後の課題

本研究の協力者は、再発の診断を受けてからの期間の幅が広いこと、40代から70代まで様々な年代を対象としていること、ホルモン療法と化学療法を受けてい

る対象が混在しているため、結果を一般化することは難しい。今後は、再発からの経過期間や患者の年代、治療内容を絞り、それぞれの対象者が抱く療養生活に対する具体的な思いを明らかにし、再発乳がん患者が自分らしく療養生活を送るための看護援助を検討していきたい。

謝辞

本研究にご協力いただいた研究協力者の皆様、施設の皆様に心より感謝申し上げます。本研究は、平成26・27年度順天堂大学医療看護学部共同研究費の助成を受けて行った。

引用文献

- 1) がん情報サービス がん登録・統計 地域がん登録によるがん生存率データ 5年相対生存率(1993年～2008年診断例), http://ganjoho.jp/reg_stat/statistics/dl/index.html#survival(2016. 9. 1)
- 2) 大橋光, 村上美華, 国府浩子: 日本における再発乳がん患者に関する研究の現状, 熊本大学医学部保健学科紀要, 8, 85-91, 2012.
- 3) Ryoko Taguchi, Yoshihiko Yamazaki: Life-lines of relapsed breast cancer patients: A study of post-recurrence distress and coping strategies, 民族衛生, 74(5), 217-235, 2008.
- 4) 柴田純子, 佐藤まゆみ, 増島麻里子, 他: 再発乳がん患者のがんと共に生きることに関するニーズ, 千葉大学看護学部紀要, 27, 49-53, 2005.
- 5) 矢ヶ崎香, 小松浩子: 外来で治療を続ける再発乳がん患者が安定した自分へ統合していく体験, 日本がん看護学会誌, 21(1), 57-65, 2007.
- 6) 石田順子, 中村真美, 伊藤民代, 他: 外来で化学療法を受けている再発乳がん患者の日常生活上の気付きと治療継続要因, 群馬保健学紀要, 25, 53-61, 2005.
- 7) 林田裕美, 岡光京子, 三牧好子: 外来で化学療法を受けながら生活するがん患者の困難と対処, 広島県立保健福祉大学誌 人間と科学, 5(1), 67-76, 2005.
- 8) 田中いずみ: 再発・転移後のがん患者が見出す希望とその希望を見出すための要因, 北海道医療大学看護福祉学部学会誌, 8(1), 39-47, 2012.
- 9) 上田伊佐子, 雄西智恵美: 再発・転移のある乳がん患者のコーピング方略と心理的適応, 日本看護科

- 学会誌, 31(2), 42-51, 2011.
- 10) 大堀洋子, 佐藤紀子: 乳がん再発患者の生活の質 (QOL)に関する研究-積極的に生活を整えている3名によって語られた内容から-, 日本がん看護学会誌, 17(1), 35-41, 2003.
- 11) 前掲書5)
- 12) 前掲書7)
- 13) 飯塚由美子: 根治治療終了後に再び化学療法を受ける乳がん患者の療養態度の個別分析, 自治医科大学看護学ジャーナル, 8, 93-103, 2010.
- 14) 前掲書7)
- 15) 前掲書4)
- 16) 前掲書4)
- 17) 前掲書7)
- 18) 前掲書3)
- 19) 前掲書10)