

質問 夫と10歳の息子、6歳の娘を持つ40代の主婦です。乳がんと診断され、先日、乳房切除術を受けました。子供たちには私自身が乳がんであると伝えることができていません。子供たちに心配をかけたくないと思いつつ、隠していることに罪悪感があります。どうすればいいですか。

自身のがん子供への伝え方



山口 美代子

徳島大学病院
乳がん看護
認定看護師

回答

子供に親の
がんを伝える

か、伝える場合はどう話せばいいか、伝えない場合はずっと隠し続けなければならぬかといった、質問と同様の悩みを多くの人が抱えていると思います。国立がん研究センターの推計では、18歳未満の子供がいる人で、がんと診断される人は年間約5万6千人、その子供は約8万7千人に上るとの報告があります。子供の存在は闘病生活の励みになる一方で、がんと診断され、母としての役割が遂行できるかどうか、同時に、自分の病気の影響で子供の成長や発達に何か弊害が起きないか、という心配があるでしょう。

自分の気持ちに余裕のない時や体調の悪い時は、がんという病名を無理に伝えなくても良いと思います。

固執せずに時期を選ぶ



また、伝える準備ができていない場合は、がんといえることに固執しないでいいです。例えば、子供の送り迎えは母親から父親に代わるなど日常生活の変化や、手術後の治療のため通院が必要であることなど、近い将来の見通しを誠実に伝えることから始めるのが良いか

もしれません。とはいえ、子供は何歳でも闘病生活の支えになりま

も闘病生活の支えになりま
す。それでも子供に親のがんを伝えるのは決して容易ではありません。伝えるタイミングや伝え方のポイントを挙げます。

- ①自分の気持ちや体調が安定している時期を選ぶ。
- ②事前に伝えたいことをまとめて準備する。
- ③自分も子供も時間的余裕のある時に伝え、子供が理解して、気持ちを整理する時間が持てるよう配慮する。
- ④子供の年齢に応じた分かりやすい言葉で正確に伝える。
- ⑤いつでも心配なことは聞いてほしいと伝えて安心させる。
- ⑥病気への理解を深める絵本や冊子、インターネットの情報サイト「Hope Tree パパやママががんになったら」などを活用する。

親が子を思う気持ち、子が親を思う気持ちを大切に
して、これからの未来を子供と共に築いてください。



イラスト・伊藤司郎

親子の気持ち大切に

(第4土曜掲載)

がんに関する質問は
徳島がん対策センター
(電088(634)6442)
(平日午前8時半から午後5時まで)へ。