



筑波大学附属病院
乳腺甲状腺内分泌外科

坂東 裕子



インタビューシリーズ第一弾は乳腺外科医 坂東裕子先生に登場いただきました。

乳がん治療の最前線で活躍する坂東先生に、これまでの経験と患者さんへの思いについてうかがいました。多くの患者さんとその家族に寄り添い、支えていらしてきた坂東先生は、同時にご自身も「人生の先輩」として患者さんたちから多くを学び続けています。今回のインタビューでは、坂東先生の優しさあふれる深い洞察力にふれることができました。



乳がん治療は通常、長期にわたるとお聞きしています。お医者様として二十代の頃から、患者さんとの関わりを持ち続けてこられました。この経験が先生にどのような影響を与えているか、お聞かせいただけますか？



医師になりたての頃、患者さんたちは皆さん私の「人生の先輩」でした。二〇〇六年に筑波大附属病院に着任した時に始まった患者さんとのあゆみが、今も続いている方々もいます。

ご紹介

こちらの記事は「認定NPO法人 J.POSH」からの「R5年ピンクリボン啓発活動助成金」を受け、つくばピンクリボンの会が企画・制作をいたしました。

特定非営利活動法人
つくばピンクリボンの会
Tsukuba Pink Ribbon Coalition

会のめざすもの
乳がん検診率の向上。それにより乳がんで亡くなる方をひとりでも減らすことです。またピアサポートや交流サロンを通して、たとえ乳がんになっても安心して暮らせる社会になるよう貢献してまいります。



親子二代でお付き合いいただくことでもあります。患者さんとの経験は、単なる医療行為を超え、それぞれの生活に深く関わるものです。どの年代を通してても気づきがありました。私自身も人生経験を積み、成長することができました。それは「マイナスのところから『初めまして』で始まるお付き合い」であっても、一緒に人生を進めていく旅のお供のようなものだと感じています。



乳がん治療を通じて、患者さんをどのようにサポートできたらとお考えですか？
また、これから治療を受ける方々へ向けたメッセージがあれば、お聞かせください



乳がんは、患者さんにとって非常に大きなインパクトを持ちますが、私はそのインパクトから立ち直り、前向きに、そして人生を続けていく力を見つけてもらえるようサポートしていきたいと思っています。仕事をしながら乳がんになられた方も、ぜひ今まで出来てきた事を続けられるように、色々調整を考えます。

病気になったから全部諦めなきゃって思わないように治療に向かってももらえたらいいなと思います。治療に困難を感じる時もあるでしょう。でも、患者さんがその不安に打ち勝ち、病気に負けずに生活を取り戻すことの助けになればと考えています。
特に、治療開始から一年が経過した時点で、患者さんがどのように日々を暮らしているのか変化を垣間見ることができるのは、私にとっても大きな喜びの一つです。『お元気でしたか？』と問うと、多くの方が体調報告以外のことも話してくれます。



例えば、「娘の高校入試が大変でした」「引越しをしました」「転職しました」「孫が生まれました」「カーブスを始めました」といった前向きな変化や、「介護が始まりました」「夫が倒れました」といった困難な状況にも立ち向かっていることを聞かせてくれます。これらの話は、患者さんが日常生活の一部として乳がんを受け入れ、乗り越えている証拠です。それぞれの話は私にとって、患者さんを理解する手がかりとなり、次のサポート策を考える助けになります。

乳房は非常にプライバシーに関わる臓器であり、毎日のように傷が目に残り、患者さんにとって自己アイデンティティの揺らぎを感じさせることもあるかと思えます。そんな時、外来での私との雑談が、心の安定につながるのであればうれしい限りです。



私の役割はそれでもいいと思っています。患者さんそれぞれの人生の優先順位を理解し、それに寄り添ったサポートを心がけています。私たちはやっぱり、その人が生活でどうしたいか、聞いて教えてもらえないとわからないので、ぜひそういう「治療とは関係ないんだけど」と思えることも話をしてもらって、何が人生において優先順位が高いのかを考慮しながらいろんな計画が出来るかなと思います。

教員として、医師を育てているお立場から後進のドクターに患者さんとのコミュニケーションについてのどのようなアドバイスをされていますか？



コミュニケーションにはそれぞれのスタイルがあり、正解はないと常に伝えています。同じ言い方でも受け取る人によって感じ方は異なるため、相手の反応に敏感になり、言葉だけでなく心を使って話すことを大切にしています。困難な現実を伝える際は、自身自身の心に余裕があるか自答します。特に伝えるべき内容が厳しい場合、どう伝えるか、そのタイミングや方法に配慮が必要です。例えば、「先程もお話しましたが……」というフレーズは使わないようにしています。



相手の様子を見て、一度に全てを伝えるべきではないと判断した場合は、話を途中で切り上げることもあります。相手が疑問を持っているか、不安な様子である場合、どのポイントがその原因であるかを見極めることも大切です。言葉にならない雰囲気や表情も、コミュニケーションの重要な一部だと考えています。確かに合理性も重要ですが便利です。でも長い治療のモチベーションを維持するにはやっぱり人との繋がりが大切だと考えます。

インタビュー

平井理心 小田陽子 つくばピンクリボンの会

このインタビューを通じて、坂東先生の経験から培った深い洞察力と、患者さん一人ひとりに寄り添う温かい人柄が明らかにになりました。先生は自らも「人生の先輩」として患者さんから多くを学び、共に成長しています。お話からは、直面する困難と一緒に乗り越え、医師の役割が病気の治療を超えて、患者さんの人生全体に寄り添い、支援することであるという信念を示しています。この哲学は、後進の医療従事者にとっても重要な学びであり、これからの医療において大切にしていきたい取り組みです。これからも坂東先生の伴走者としての存在感が、多くの人々にとって心強い支えとなっていくことでしょう。

編集雑談

小田

坂東先生の患者さんを外来にご案内したことがあって、その方がおっしゃった。先生に会いたいからって。遠くから来てた方だったの「坂東先生のお顔見ると寿命が伸びるのよ」って

平井

患者さんはきっと、坂東先生にこういう話をしたいたから、この一年頑張ろうって。一年間、離れてても、ずっと坂東先生がこの辺りにいるみたいな感じなんだろうなと思ってるよね

坂東先生みたいな先生に出会えたら患者さんは嬉しいだろうな。いろんなこと話していいよって言ってくれる先生

つくばの専門家に聞いてみました

INTERVIEW

01



坂東裕子（ばんどうひろこ）
筑波大学附属病院教授
外来化学療法室副室長
医学医療系准教授
昨年手術件数〇〇件
つくばピンクリボンの会理事

最近始めたことは、ギター♪レッスンが楽しくて、優しい音に癒されているのだとか
読書好き おすすめは、旅エッセイ「自分が旅に出た気持ちになるでしょ」