

「医者に殺されない47の心得」 著者：近藤 誠（こんどう まこと）

1948年生まれ。73年慶應義塾大学医学部卒業。同年、同大学医学部放射線科入局。79年～80年米国へ留学。83年より同大学医学部放射線講師。がんの放射線治療を専門とし、患者本位の治療を実現するために、医療の情報公開を積極的に進める。

【医者を疑い、自分で調べる】

がんで苦しみぬいて死ななければならないのは、がんのせいではなく「がん治療のせい」です。でも医者は、必ず「がんのせい」にします。今は、調べようと思えば書籍でもインターネットでも、いくらでも情報が手に入るいい時代です。今まで「病気のことは医者を信じてお任せ」だった方も、ここで発想を変えて「医者を疑い、自分で調べる」癖を身に付けてください。

【がんに対する知識を持とう】

- ① がんほど誤診の多い病気はない。初診診断で10人に1人は誤診（アメリカ医学誌初期誤診率調査結果）
- ② 健康な人は医療被ばくを避ける。CT1回でも発がんリスクがある。「とりあえずCTをしてみましょう」の被ばく量は国が避難目安にしている数値と同じ。（CTの被ばく量はX線の200～300倍）
- ③ 医者の余命判断：普通に病院に歩いて行けたのに「余命3カ月」とか「余命半年」と言う者に命を預けてはいけません。「抗がん剤を使わなければ余命3カ月、使えば1年」などと治療がセットになっていたらすぐ逃げ帰ってください。
- ④ 「医者から薬をもらう」を習慣にしてはいけない。抵抗力が落ちている人に抗生物質を投与すると耐性菌に感染しやすい。耐性菌に殺されないためにも「クスリ漬け」から足を洗うことです。
- ⑤ 放射線は体の一部しか照射しないので副作用も少ない。抗がん剤をだらだら使うと副作用がでて、患者の生活の質を落とすことになります。手術よりは合併症や後遺症が軽くて済みます。臓器はできるだけ温存すべきです。
- ⑥ 精密検査をするほど「がんもどき」を発見してしまう。
- ⑦ マンモグラフィで見つかるのは、ほとんど「がんもどき」。世間では乳がんとされている病変はがんではなく、女性ホルモンに対する反応がある人に強くでた「乳腺症」という結論に達している。
- ⑧ 免疫療法ではがんは防げない。その理由は、免疫細胞は外から入ってきた遺物を敵と認識してたたくのですが、がんは自己細胞が変異したものであるからです。
- ⑨ 急に痩せるとがんが増殖する。食事療法でカロリーを落として痩せると、体の抵抗力が落ちて、がん細胞が信じられない増殖の仕方をして亡くなってしまいます。
ステーキやトロを食べること。たまごと牛乳はかべきな天然サプリです、長寿の秘訣は「脂っこい」もの。

【医者の選び方】

- ① 図書館やインターネットで自分なりに幅広く情報をあつめること。
 - ② 患者としての直感を大事にすること。
 - ③ あいさをしない医者、患者の顔を見ない医者、患者を見下す医者はやめること。
 - ④ 説明をうのみにしないこと。
 - ⑤ 医者の誘導に気を付けること。
 - ⑥ 薬の副作用、手術の後遺症や生存率をしっかりと聞くこと。
 - ⑦ いきなり5種類以上の薬を出す医者は要注意。
 - ⑧ セカンドオピニオン、場合によってはサードオピニオンを求めること。
 - ⑨ 検査データやレントゲン写真は患者のものだから臆することなく借り出すこと。
- ⇒ 病院は、うかうかしていると命をとられる。決して「お任せ」にしないこと。

【進行がんを宣告されたときの対処法】

- ① 胃がんと診断された60歳の男性
・ 治るのをあきらめるのが第一歩
・ 切除手術をおすすめできません
・ 抗がん剤治療も受けないのが最善策です。（症状緩和や延命という現実的な目標をたてるべき）
・ 口から食べられるようにすることが大切です。
・ ステント挿入術により、胃から十二指腸の間にトンネルを作り、経口摂取可能にすること
- ② 穏やかに暮らすのか、病気と闘うのか
末期の状態になっても穏やかな最後を迎えることを選ぶか、やはり標準治療を選んで苦しんで長生きするかもしれない方法を選ぶか

がんは初期発見のときでも、転移していると考えた方がいいようです。特に高齢者ががんになった場合余命が延びるかどうかはっきりしないのに、手術や抗がん剤などで苦しみ、自分の生活の質を落とすことを考えると、後遺症が少ない放射線や痛みを緩和する治療ことのほうが大事だと思います。いずれにしても、自分自身ががんなどの病気の情報を集め、知識を付けたうえで医者に疑問点をなげかけ、自分の判断で治療を選ぶことが大事だということです。