

【お仲間のみなさんへ】

これを書いているのは3月28日です。東京都を中心に土日の外出の自粛が要請され、オーバーシュート、ロックダウンなど聞きなれない言葉が使われています。病院では入院の面会が停止されているところも…今後、感染の拡大が大きく懸念されています。

そんな時期だからこそ、重症化のハイリスク群である私たちがどう考え、どう行動するかが問われていると思います。そこで、3月6日～11日まで354人の患者・家族にご協力いただいた「お仲間へのメッセージ」と「アンケート結果」を公表します。

自分自身が感染しないために、今、治療中の仲間を守るために、感染を予防したいと思います。全ての疾患で治療が必要な人が医療を受けられる世の中を、守るための行動をしましょう。注意深く、思慮深く。そうすれば、困難を乗り越えることができるはずです。

まず以下のリンクを共有いたします。

▼日本臨床腫瘍学会から[「新型コロナウイルス感染におけるがん患者への対応Q&A」](#)

▼全国がん患者団体連合会から

[「新型コロナウイルス感染症に係る診療報酬上の臨時的な取扱いにおける「慢性疾患等」の取り扱いに関する周知の要望について」](#)

▼首相官邸HP

[「新型コロナウイルス感染症に備えて～一人ひとりができる対策を知っておこう～」](#)



【アンケート調査概要】（※詳細は後述）

2020年2月26日に日本政府は感染拡大予防のために学校の一斉休校や、出勤や会合の自粛を要請しました。これらの状況が、新型コロナウイルスのハイリスク群である肺癌患者にどのような影響を及ぼしているのでしょうか。※3月6日～11日実施

問. 新型コロナウイルス感染拡大予防のため、社会生活の自粛が政府から発表された2月26日以降のことを伺います。病院からの連絡で、延期された治療や診察はありますか？

問. 新型コロナウイルス感染拡大予防のため、社会生活の自粛が政府から発表された2月26日以降のことを伺います。治療薬は服薬できていますか？

<結果>

治療は順調に行われていました。
医療者や社会に対して、心から感謝を申し上げます。

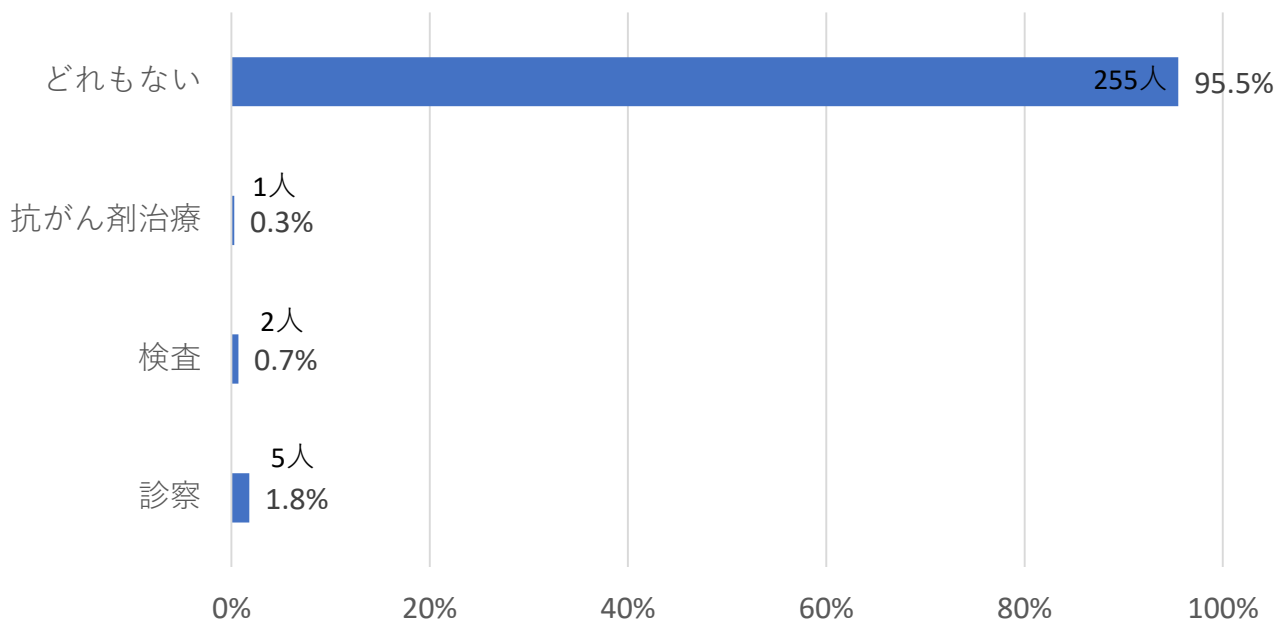
問. 新型コロナウイルスが流行したことで、あなたの肺癌治療で困っていることや不安なことはありますか？それはどのようなことですか？（「ある」と答えた人に対して）

<結果>

半数が治療に対して不安を抱えていました。具体例は後述。様々な声が上がっています。

【アンケート調査概要】 ※3月6日～11日実施

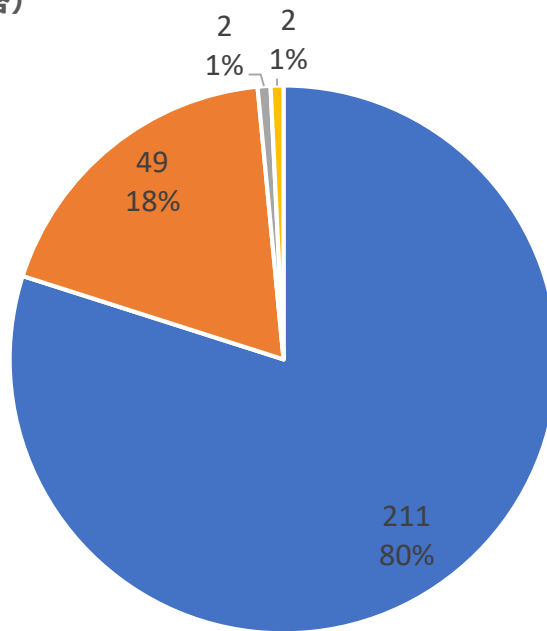
問. 新型コロナウイルス感染拡大予防のため、社会生活の自粛が政府から発表された2月26日以降のことを伺います。病院からの連絡で、延期された治療や診察はありますか？
（※治療中267人回答・複数回答可）



	人数	%
どれもない	255	95.5
抗がん剤治療	1	0.3
検査	2	0.7
診察	5	1.8

問. 新型コロナウイルス感染拡大予防のため、社会生活の自粛が政府から発表された2月26日以降のことを伺います。治療薬は服薬できていますか？

(※治療中264人回答)

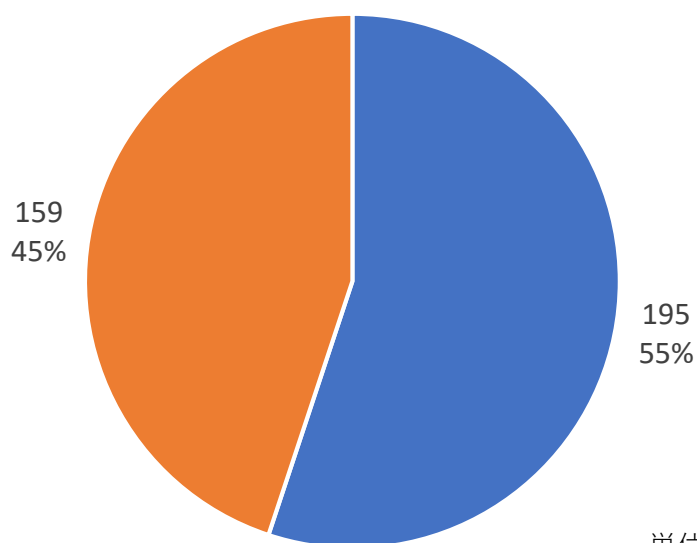


単位：人

- できているし、とくに心配はない。
- できているが、心配だ。
- できていないが、とくに心配はない。
- できていないし、心配だ。

問. 新型コロナウイルスが流行したことで、あなたの肺がん治療で困っていることや不安なことはありますか？

(※354人回答)



単位：人

- ある
- ない

上記の問いで「ある」と答えた人に、どんなことが心配かを尋ねました

▼感染への不安

- ・ 肺がん患者がコロナにかかってしまった場合やはり重篤になるのかが心配
- ・ もしも感染したら命取りになるという恐怖心
- ・ 無症状者と接触したら、即 死ぬと思っているようです

▼感染した時の肺がんの治療の不安

- ・ 感染すると癌の治療と併用して治療できるのか
- ・ 仮にコロナにかかった場合、分子標的薬が効かなくなるのか？心配。
- ・ 感染して、肺がん治療が続けられなくなること。

▼病院が不安

- ・ 治療先の病院で院内感染がないか不安。
- ・ 病院に行くのが怖い
- ・ 薬が必要です。そのためには遠方から通院のためバス、電車を利用しますが感染が不安です。アレセンサなので最大2か月分しか処方されません。

▼マスクの不安

- ・ 治療のために病院へ行かなければならないのに、マスクや消毒薬が入手できない。
- ・ マスクがないので、毎月1~2回の通院時に病院内でのコロナ感染が心配。
- ・ マスクが買えないこと。

▼心の不安

- ・ 詳しいことがわからないのでどれだけ怖いのか正直わからない
- ・ コロナウイルスという、誰もわからないものが流行するということは、患者にとって恐怖でしかありません。現在抗がん剤治療の為入院中ですが、病院という中も、果たして安全なのか、とにかく、わからない事に関してとてもナーバスです。
- ・ 放射線治療をうけるため、副作用の一つに肺炎が有るのに、治療が始まる前にコロナウイルスの感染対策にまで気を使わなければいけない事に疲れる。
- ・ 経過観察中ですが、術後5ヵ月でまだ胸の痛みや息苦しさを抱えています。新型コロナウイルスに感染した場合重症化し易いとの情報が出ていますので外出を控えています。毎日が不安です。

▼予防の不安

- ・ どのようにかからない様にするか？
- ・ 予防（マスクの入手困難、通院電車の混雑、見舞いの制限） 受動喫煙と似ているかも
- ・ 予防するにもマスクや消毒液などが購入出来なくて困るし不安。確たる治療方があるのか、など、正しい情報が少ないので不安

▼行動・体力面の不安

- ・ 外出を控えるようになり、日課のウォーキングができない。運動不足になり治療に影響が出てくると考えている。
- ・ 出かけることがとても怖くて二の足を踏むようになりました。
- ・ 通院、外出時不安。家に引きこもっている。運動不足になりストレスがたまり体調不良になっている。

▼咳

- ・ 外出時咳をすると振り向かれる
- ・ 肺がん特有の咳がコロナと勘違いされて白い目で見られているような気がします
- ・ 放射線治療の副作用で気管支炎になり、咳が出るのでほかの人にコロナ？という目で見られるのが心配。

★お仲間からお仲間へのメッセージ

▼病気や人生・生活への向き合い方、確かな情報をもとにむやみに怖がらずやるべきことをやっていくことなど、がん闘病中だからこそ日ごろから考えてきたことがこの状況下では何かしら活かせるのではないかと思います。医療も大事な資源。みんなで分け合えば足りるはず。みなさんで情報を共有して乗り越えましょう

▼こんな時だからこそ平常心！！

▼デマ情報に惑わされないで。本当に必要な人の所へ物品が行き渡りますように。不要不急の外出は避けて、自分は感染しないだろう、という気持ちが危ない。必死で延命治療を受けているのに、ここで感染したら無意味になってしまう。家族の時間を大切にしたいから。

▼新型コロナウイルスは こどもや 学生 ねんれいがわかいひとはなりにくく 年取ってる人は 高齢者が病気になりやすいそうなので コロナウイルスが どんなに 凶悪なウイルスだったとしても 若い人はなりにくいということで 高齢者はなりやすいということで受け入れ 自分の周りの人と 不安や悩みは だれかに おしゃべりしたり おはなしして 笑うと免疫力向上になるとのことで じぶんがおもしろいものをみたりきいたりしておわらい健康法や 地域の相談できる人と つながっていけば きっと健康増進になるであろう。 このアンケート結果をネットで公開してもらえするのも楽しみの一つです。 アンケート調査ありがとうございました。

▼今出来ることを精一杯頑張りましょう！

▼メッセージ、ではありませんが、今日も一日生かされたことを感謝しつつ、一日一日を大切に生きていきたいな、と思っています。

▼例えコロナが収束しても普段からの風邪リスク予防は継続して下さい。

我々肺癌サバイバーにとっては通常の風邪ですら命取りになり得ます。

▼仲間って言葉は嬉しい(^^)ありがとう！一人じゃないから頑張れる！

▼頑張りましょう!!

▼皆さんただでさえ困難の中にいる中でこの時期本当に大変だと思います。私も病気が判ってからひと月も立たない中で不安で状況のコントロールは自分達では難しいと思いますが、そんな中でも笑顔を忘れずにいたいですね！

▼マイペース！

▼私も含めて、闘病中のみなさんは、情報を選んで活かす力を持っていると思います。くだらないデマやつまらない情報に不安になることなく、冷静に行動し、落ち着いて穏やかに過ごしましょう！

▼手洗い うがい そして アッハッハと笑って免疫力アツ〜ぷ！

▼感染が心配ですが様々なネットワークを使って生き抜きたい

▼共に頑張りましょう

▼病のある人は皆が大変な想いをしていると思います。自身の努力で感染拡大を阻止したいものです。早くの終息を願って努力しましょう。

▼やはりよく言われるように怖がり過ぎず、自分の身はしっかり守っていきましょう。

▼頑張って乗り切ろう！

▼癌細胞にコロナウイルスと先の見えない闘いに不安と孤独感で気持ちが暗くなってしまうですね。一人じゃないよ。仲間も頑張っているんだよと自身にエールを送っています。生かされていることに感謝です

▼困った症状は病院に相談しましょう。

▼肺がんもコロナウイルスも、多くの国々で治験や新薬の開発が進んでいるので、必ず良い方向へ進むと信じています。皆が個々にコロナウイルスを拡げないように。また、デマや間違った情報に惑わされないように正しく賢く学べると良いですね！

▼闘病中はいろいろなことが起こります、自分自身免疫アップして、載りきりましょう。

▼睡眠、手洗いを徹底し、過度に恐れない

▼コロナウイルスに怯えて、普通ならしないような行動をする報道・世の中を見ていると、自分自身が病気にかかったころの不安な状態にそっくりだと思えます。がん患者だからこそ、できる発信があるような気がしています。また収束したのち、この一連の流れを振り返って、自分の病気との向き合い方を客観的にみられるような気がしています。そんな話が気軽にできるようになる日がくるといいですね。

▼散歩、ラジオ体操など積極的に身体を動かし、免疫力アップを目指しています。また、毎晩の入浴や出来るだけ笑うようにしています。

▼今は日本のみならず世界中が不安定な状態にあり、気持ちが落ちる事もあると思いますが、明けない夜は無いと思ってみんなで乗り切りましょう！

▼怖いけど、怖いからこそ落ち着こう。

▼この困難を乗り越えましょう！

▼コロナ問題に限らず普段から肺炎等の疾患に不安がありますが、自身の防護と主治医との意思疎通をしっかりとって、踏ん張っていきましょう。

▼デマに流されず、手洗いうがいを徹底して、できることを粛々と行ってまいりましょう！

▼とにかく落ち着いて、ネットの情報に振り回されないようにしましょう。

▼可能なかぎり 人ごみに行かないこと

▼過度に心配せずにライブ会場など密閉空間を避けて手洗いを充分にすることです。

▼楽観派と悲観派の両極端の意見がありますが、マスコミやネットの偏向意見に踊らされる事なく、勉強もして、冷静になって、今の自分が正しいと思える意見の人に沿って、その方と確認をして行きたいと思っています。

▼感染したかも、と思ったら、迷わず主治医に相談をしてください。

▼基本的な事ですが、手洗い、うがいをきちんとして予防したいと思います。皆さんも、気をつけて過ごしましょう。

▼恐れ過ぎず、デマや大きな声や強い人の意見に惑わされず、淡々とこの世界規模の難事を乗り越えましょう！必ず明ける日が来ます。そのときはみんな喜び合いましょう！

▼私は抗がん剤治療中のため、ハイリスクですので、感染予防をできるだけ行いながら、治療と仕事、日々の生活を続けています。一般的ですが、栄養と睡眠をしっかりとって、免疫力を上げて、新型コロナはもちろん、感染症全般にかからないようにしましょう！

▼私達、肺癌患者のコロナウィルスへの感染は命取りで恐怖ですが、おかしな情報に惑わされずに的確な判断でこの大変な時を一緒に乗り越えましょう。

▼自分自身のことですが、常に先を読んで、手を打つように心がけています。なかなか思うようにはいきませんが、ストレスを少なくするようにしたいです。

▼情報に必要以上に過敏にならないで、日常を冷静に考え 自ら不安や不自由を作らないように過ごしていきましょう。

▼ 政府に過度な期待をしてはいけない。自己防衛を基本にパニックらず、情報の取捨選択をして対策して行きましょう。

▼腺癌ステージ4の診断をされ無理やり手術を行い、放射線と抗癌剤治療後、維持療法を32ヶ月続けていましたが昨年10月に胸水が貯まり癒着術をしました。胸水にがん細胞が含まれついに再発との結果ですが、検査では発生元の腫瘍が小さすぎるせいか見つからない状態です。各種遺伝子検査も陰性の為薬の選択肢は限定的ながら丸4年となります。当初は毎晩眠れず身辺整理やら残された家族の生活など様々シュミレーションしたりしてからはなんとなく気も落ち着き「成る様にしか成らない」と腹を決め、勝手気ままな自由生活をしております(元来、楽道家なのかもしれません)。担当医とも話していますが進行が遅いことの要因の一つにくよくよせずストレスを溜めないのが功を奏しているのではと。医者曰く様々な薬よりストレスフリーが免疫機能を高める何よりの維持療法などとも言っていました。この先どこでどうなるか分かりませんがなったらなった時の状況で対処しようと思覚悟しています。先を考えると不安になってしまいましたが今をのほほんと過ごす自堕落さで埋め合わせしております。おすすめはしませんがこんな解消法もありか？と勝手に思ったりしています。

▼前へ前へ、とにかく過度な不安は却って体調を崩すことになるから。この機に基礎体力をつけて前向きにいきましょう！！

▼頭への転移が2回見つかりました。1回目はガンマナイフで処置しました。2回目の今はタグリツソの服薬中です。効かなくなる時を心配しつつも、旅行などしてなるべく気楽に過ごしてます。効かなくなった時に新たな薬が使えるのを期待して、恐怖心を抑え込んでます。残されてる時間がどれだけか分かりませんが、おびえていても楽しくしてても時間は同じように過ぎていきます。毎日を大事に生きていきましょう。

▼肺がん治療開始後、体調不良時に備え、マスク、ペーパー類、洗剤等多めにストックしてきました。普段からの備えが、今回のような社会不安のときも、思いがけず役にたっています。

▼肺癌ステージⅣで5年目です。1年半頑張ってくれたタグリッソがそろそろ限界で来週からキイトルーダに挑戦する為入院予定です。新型コロナウィルス肺炎など色々心配ではありますが、今日の前にある出来る事をするだけかな。先を見過ぎると不安は尽きませんが足元の「一歩」を大事にしたいと思ってます。皆さんと繋がっていると思うだけで「独りじゃない」と温かくなります。

▼必要以上に心配とか行動を規制しすぎないように普通に気を付ければ良いと思います。

▼普段通りがいいのかな。無理はしない。

▼閉塞感のある中で、生かされて生きている自分の身体に、感謝し、おかげさまの心で乗り越えていきましょう。

▼明けない夜はありません

▼自身を含め不安を抱えている人たちの不安が少しでも早く解消するよう祈っています。

▼免疫力を付けて、取り合えず、1ヶ月は気をつけて、我慢の時ですね。

▼社会的弱者の私たちですがたくさんの仲間がいます。一緒にがんばりましょう！

▼今はいろいろ不安ですが、自分で自分の体を守り、できる予防はしましょう！終息に向かうことを願い、踏ん張りましょう！

▼応援、尊敬、深呼吸、を合言葉に、毎日、集中、栄養、睡眠、お薬、を大切に。

▼外出を控え人の少ない時間に散歩、買い物も人出の少ない時間にしましょう。家の中のかたづけがはかどります。

▼咳をするのは、コロナウィルスの患者だけではないのですが、周りの視線が怖くて歩いている時や電車の中で何とか咳を我慢するようにしています。そんな事はありませんか？

▼ポジティブで行こう。みんなで頑張れば、だいじょうぶです

▼精神的なものがかなり影響すると思います。痛みも精神的な事から痛みがキツくなるのは本当にあると思います。中々難しいですが、考えても考えても何も変わらないなら笑って1日、1日を大切に生き抜きましょう

▼手洗いの徹底と人混みを避けましょう。

▼過度に恐れず、手洗いの徹底などできる対策は十分に。津波も、見えないウイルスからの防御も同じで、自分の体は自分で守るということを肝に銘じたい。共通の困りごとを、こうして団体に声を上げていただけると、全ての人への対応を求められている行政などへ、誰がどう困っているのかが届きやすくなり、ありがたいと思う。

▼今が踏ん張り時です。 デマに惑わされることなく冷静に毎日を過ごしましょう。

▼いろいろな場のつながりが元気のもとになっていたと痛感しています。

▼なんとか生きてます！

▼必要以上に怖がらず、心穏やかに過ごしましょう。

▼風評やデマに惑わされずに、正しく恐れるを実行しましょう。手洗い、マスク、人混みを裂ける等。

▼治療法がわからないから怖い。決めてとなる薬が発見されれば良いですね。

▼今回のことでは重症化する心配が少ない方の行動を制約するようなお願いは出来ません。リスクの高いわたしたちが引きこもるしかないと考えています。ただ、若かったり元気な方でも予測しないことも起きると聞いていますのでどなた様もどうぞお気をつけてお過ごしください。