

本人が物語風に綴る闘病記

44歳で甲状腺がんと中咽頭がんが見つかりましたが、
中2の娘が「大したことないやん」と言うので。

著：原 利彦（1972年 生まれ）



中咽頭がん 治療編 2 040：猫背になりがちなので。

2017年5月6日（土）（抗がん剤治療1/2回目・放射線治療8/39回目）

トキは外泊許可をもらい、自宅に戻りました。すると、**なんと、ウタが手首を若木骨折していました。**

大人とは違い、子供の骨は柔らかいため、ポキリとは折れずに、しなった枝の曲がったところが裂けるような感じになるそうです、それが若木骨折。部活動のハンドボールの練習によるものらしく、しばらく練習が出来ないことを悲しんでいました。



ウタは、しょんぼりしていましたが、トキ宛てに友人から、お見舞いの品のリンゴジュースが届いていたので、それを持ってウタと一緒に笑顔で写メをパチリ。治療を頑張っていますと言わんばかりに、その友人にお礼のメッセージと共に送りました。

自宅では食事のテンションを上げるために宅配ピザを注文。

また、甘味と酸味が残っているならと、トモが、いなり寿司を作ってくれました、他、醤油をかけた漬物、酸っぱいドレッシングでサラspaを流し込むなど、色々、いけそうなものを試しましたが、いずれも今までに味わったことのない変な味でした。

言ってしまうば、物凄く不味い。

甘いも、酸っぱいも、他の味覚とのトータルバランスで成り立っているのだなと、トキは冷静に思いながら、そんなんだと必死に食べました。

2017年5月8日（月）（抗がん剤治療1/2回目・放射線治療9/39回目）

やりました！病院の朝食に待望のクロワッサン登場です！が・・・変な味です。

トキは仕方なく、コーンポタージュで必死に流し込みました。さて、治療をやり過ごす作戦の『3-1：治療以外の楽しい目標を立てる』の実行です。楽しいかどうかは別として、

この日からパソコンの中のデータ整理も始めました。



これも、トキがやろうと思いつきながら、やらずにいたことのひとつです。意外と大切なデータを粗末に扱っていたり、同じデータのコピーが沢山あったり、消したと思っていたデータが見つかったり、それなりの発見がある作業です。また、先週、U先生に相談していたことが直ぐに実現しました。

そう、**運動のリハビリも始めました。**

嚥下のリハビリと同じリハビリテーション室で行われるため効率よく出来ます。甲状腺の手術後、左手が肩より上に上がらなくなっていたこと、また、もともと、散歩や体操の習慣のないトキには、きっかけとして、これが必要でした。理学療法士のI先生（30代の男性）が指導をしてくれました。因みにI先生はガッチリとした体形から体育会系かと思いきや、学生時代はバンドでベースを弾いていたらしく、Hi-STANDARD、洋楽ではGOOD CHARLOTTEなど、トキとも好みが似ており、初回から会話も弾みました



目的は甲状腺がんの手術による頸のこわばりの緩和と運動不足の解消です。

I先生曰く、「手術の影響で首が前に引っ張られるため猫背になりがち」なので、出来るだけ、背筋を鍛えるようなイメージになるのだそうです。

リハビリの内容は赤いゴムの端を両手で持ち、胸の前で引っ張り、胸を広げたり、脇の下を伸ばしたりするのが主な運動です。U先生からも「首を動かさないと、どんどん固まっちゃうんで、出来るだけ動かしてください」と言われていましたし、嚥下のリハビリでも頸の運動はしていますが、これは上半身全体を使うので非常に効果的です。

リハビリはI先生と相談して月～金曜日に1日2回（1回20分程度）行うことになりました。また昼からも体をうごかすきっかけとなり、また毎日のルーティーンとなるため効果的です。

10:00 1回目の運動のリハビリ（I先生によるマッサージと、ゴムを引っ張る運動）

14:00 2回目の運動のリハビリ（重しを付けて足を上げる、自転車こぎ、外の散歩など）

それにしても・・・基本的に殆どの方が年配の方です、それぞれの状態に合わせたリハビリをされています。

ここでもトキは、『若い』&『頸の大きな手術痕』に目線を感じていました。

⇒ 041：いよいよ、唾を持っていかれる。