松本市歯科医師会口腔がん検診2023特別企画

― スペシャル対談 堀ちえみさんに聞く ―

口腔がんは比較的死亡率が高く、日本では近年、患者数が増え続けています。そうした背景もあり、松本市歯科医師会（大久保達人会長）では令和2（2020）年から、2月の世界がんデーに合わせて会員診療所で口腔がん検診を行い、早期発見と啓発に努めています。このほどステージ4の舌がんを克服し活動を再開した堀ちえみさんとの対談が実現しました。その概要を紹介します。

対談場所：傳屋珈琲店恵比寿店（東京都渋谷区）

堀ちえみ（ほりちえみ）

1967年、大阪府堺市出身。1982年3月「潮風の少女」でデビュー。1983年に出演したドラマ「スチュワーデス物語」が大ヒットし、アイドルとして歌にドラマに活躍。2019年1月ステージ4の舌がんと診断され、2月舌の6割以上と頸部リンパ節を切除し、太ももの一部を移植して舌の再建手術を受ける。4月には術後検査で見つかった初期の食道がんを克服。過酷なリハビリを続け2020年1月より活動再開。現在、芸能活動の傍ら、執筆・講演等を通じて口腔がん撲滅啓発運動に取り組んでいる。2022年デビュー40周年を迎え、今年2023年40周年プラス1のアニバーサリーコンサートが開催決定。

口腔がんも早期発見が大切！

大久保会長　市民の健康寿命延伸のために歯科としてできることに取り組もうと、当会では毎年2月に口腔がん検診を行っています。ただ、まだまだ市民の関心が高いとはいえないのが現状です。口腔がんの治療を受けられた堀さんに、ご苦労や大変さ、がんとのよう に立ち向かっていけばよいのか、検診の重要性などを、市民の皆さんにお話しいただければと考えております。

堀さん　以前は口腔がんになる方は高齢者、喫煙者が多いとされていましたが、近年では若年者で喫煙歴がない方でも増えてきているといわれています。がんというのは誰でもかかる可能性があります し、高齢化も進んでいるので2人に1人はがんになる時代です。

口腔がんは口を開けれ ば見えることにできるがんです。ほかの部位のように特別な検査をする必要がありません。早期に治療が開始できれば生活の質を要性などを、市民の皆さんにお話しいただけれ ばよいのか、検診の重落とすことが防げます。私はステージ4まで見つからなかったので大きな手術や言語のリハビリも必要でしたが、もし頭の片隅に「口腔がんがあるかもしれない」と思っていたら、ほかの医療機関

心のケアは第4の治療法

大久保達人（おおくぼたつと）

1955年、松本市生まれ。日本歯科大学卒。2019年より現職。健康寿命延伸と口腔衛生の向上をめざし口腔保健条例の制定に取り組む。日本歯科大学非常勤講師、歯学博士。

を受けていたかもしれない―。ステージ4は、治らない口内炎だと思って放置してしまった結果なのです。

2週間以上治らない口内炎は口腔がんかもしれないので、安易に口内炎だと決めつけて放置せず、専門医に診てもらってください。口の中はのぞけば見える部位ですから検診も簡単です。定期的に検診を受けて、早期発見につなげることがとても大事だと思います。

大久保会長　がんと分かった時の心境、その後、いかにご自分を鼓舞されたのかを教えていただけますか。

堀さん　告知を受けた時は冷静でしたし、治療に対して気持ちは前を向いていました。早期発見できたことは最大の不幸でした が終わったことは仕方ないし、なんとしても生きなければいけないと思いました。娘の言葉もあり、「生きよう」と決めてからは後ろを振り返らず、今後の自分をどうするかということに全力を向けることにしました。

大久保会長　がん患者さんやご家族の関わり合いなどはいかがでしょうか？

堀さん　家族につらい気持ちを分かってもらいたいと思いましたが、それを言われる家族の気持ちを理解していませんでした。家族としてはどう対応していいか分からないのは当然です。そこからは、がんになったことは仕方のないこと と割り切り、これから生きるためにがんをやっつけないといけない、そのためにはどうしたらよいかを考えました。無駄な心配をしてふさぎ込むことはしないように心がけました ね。

がん患者さん、ご家族は皆さんとても頑張っていらっしゃるのに「頑張って」と言うのは非常に難しいです。頑張れば頑張るほど、つらさを吐露するところがなくなるので、なかにはご家族に矛先が向いてしまったり、不仲になってしまう方もいらっしゃいます。メンタルの面で専門の先生に頼ることも大事だと思います。

大久保会長　精神面へのフォローアップが大切なのですね。

定期検診を受けましょう

堀さん　がんの治療によって回復したとしても、変わってしまった環境、不便さ、社会復帰へのハードルなど、メンタル面での不安を抱えたまま生活されている患者さんは多いです。その点を支えるケア、専門医のフォローが必要だと思います。

大久保会長　最後に市民の皆さんへのメッセージをお願いします。

堀さん　定期的な検診を受けることはとても大切です。がんは怖い、手術をしたくないと思っているのなら、なにをおいてもがん検診を受けてください。そして口の中に少しでも違和感があったら、どうか放置せず必ず受診してほしいと思います。

堀ちえみさんとの対談全容は当会ホームページでご覧になれます。

松本市歯科医師会 口腔がん検診 推進月間

令和5年
期間　2月1日(水)～2月28日(火)
費用　1,100円(健康保険証持参)
※舌ブラシ、説明パンフレット進呈
ご予約　右記ステッカーの かかりつけ歯科医院へ

会員診療所や堀ちえみさんメッセージは当会ホームページをご覧ください。

連携病院:信州大学附属病院歯科口腔外科
協力病院:相澤病院口腔病センター　松本歯科大学病院

すこやかな笑顔と明るいあしたを支える
松本市歯科医師会
TEL.0263-33-2354
FAX.0263-32-6221
ホームページ　https://www.matsumoto-da.or.jp
Eメール　matusimd@po.mcci.or.jp
松本市歯科医師会　検索