



輸血と骨髄移植に救われて、今がある

〜骨髄異形成症候群を乗り越えて〜



Profile

1965年滋賀県生まれ。14歳でプロゴルファーを目指し、高校卒業後、故・井上清次プロへ師事。88年プロテストにトップ合格。活躍が期待されていた矢先の91年に骨髄異形成症候群を宣告され、97年骨髄移植を受ける。移植後の副作用で3年近くに及ぶ入院も経験。現在は、闘病生活中に出会った笑手紙の制作や講演活動などに取り組む。公益財団法人・日本骨髄バンク評議員。NPO法人 食のいのちのお結び隊代表。

中溝 プロゴルファー 裕子 さん
Yuko Nakamizo

プロゴルファーの中溝裕子さんは、デビューして3年目に、血液のがんの一種「骨髄異形成症候群」と診断されました。骨髄移植を受けるまでの間は、毎週のように輸血をしていた時期もあったという中溝さん。現在は講演活動などを通じ、闘病生活から得た思いとともに献血や骨髄バンクの大切さを訴えています。

体調の異変は感じていたけれど…

中溝さんが骨髄異形成症候群と診断されたのは23歳の時。プロとして試合をこなしながらも、体の異変を感じていたそうです。

まだ20代と若いのに、急激に体力がなくなった気がしました。「試合が続いていたから、そのせいかな？」とも思いましたが、坂道を上ると息が切れ、日焼けしているのに青白い顔をしていました。夕方になると微熱や咳も出る。フツと意識が遠のくこともありまして。貧血だったのでしょね。少しづつただけで、すぐにあざができていました。

周囲からも「病気では」といわれ、病院で検査を受けたのですが、その後結果を聞きに行くこともなく、試合にも出場してました。ある日、試合会場のフロントに医師から「至急連絡を」という伝言が入りました。ゴルフ場にまで連絡してくるなんて、ただ事ではないですよ。実は、異常に血液の値が低い患者を発見し、あのプロゴルファーだ！と気づいて、慌ててゴルフ場に連絡を入れたのだそうです。「血液に重篤な病気が

見つかったので、ご両親と一緒に来てください」と言われました。白血球、赤血球、血小板、すべてが異常に低い値だと告げられ、秋の大きな試合を欠場しての入院を余儀なくされました。

「人生終わったな」
自暴自棄になったことも

病名を聞いた時は、「大変な病気になった」と思いました。地の底に突き落とされた感じ。「人生終わったな」「夢をつかんでこれからという時に、神様はなんてひどいことをするんだ」と。自暴自棄になって暴れたこともあります。それでも、ギリギリまでゴルフをしたいと思います。1人でいると「死」がひたひたと迫ってくる恐怖感に襲われることもあったし、家にこもっていても余計に病気が力を増してしまう気がしました。あと何年プレーできるか分か



骨髄移植を受ける前、病室にて

らないからと、出身地の滋賀から千葉のゴルフ場に移籍もして、ゴルフに打ち込もうとしました。でも、倒れてしまい、大病院の血液内科にかかることになりました。

輸血を受けながら
ゴルフを続けた

そこで信頼できる主治医にも出会いました。私のゴルフへの熱意を理解してくださって、輸血を受けながらゴルフを続けました。最初に輸血を受けた時は、他の人の血液を自分の体に入れることが、正直言って怖かったです。でも、輸血のおかげで赤血球の値が少し良くなるので、その分、体は

骨髄異形成症候群とは？

血液をつくる造血幹細胞が正常に機能しなくなり、正常な血液細胞が造られなくなる病気。中溝さんの場合は、骨髄での造血に障害があり、赤血球、白血球、血小板すべてが減少。これによってめまいやだるさ、息切れ、出血しやすくなるなどの症状が出たり、感染症などにもかかりやすくなります。現在、根治が期待できる治療法は骨髄移植、末梢血幹細胞移植、さい帯血移植のみです。



最近ではダジャレ入りの笑手紙も。中溝さんの言葉に励まされる人は多い

人と比べて「なぜ、自分がこんなことに」と考えてしまったら、どこまでも気持ちが悪くなってしまふ。それよりも、「点滴だけ受けて寝ていけばいいんだし、あとは好きなだけプレステをやっていられる。なんて楽な生活なんだ！」と考えるようになりました。

入院中は母が滋賀から出てきて付き添ってくれていたのですが、ある時、ベッドサイドで泣いてい

る姿を見てしまったんです。「母を泣かせることはやめよう」と思いましたね。家族や周囲の支えがあったからこそ、乗り越えられたと思います。

**思いを吐き出した笑手紙
これからも思いを伝えたい**

過酷な入院生活を支えてくれた一つが、入院中に出会った笑(絵)手紙でした。周囲からも好評で、ライフワークの一つになりました。

日光も体に良くないのでカーテンを閉め切った生活の中で、叔母が笑手紙を勧めてくれました。ベッドでの生活が続く中で悶々としていた思いが、言葉になってパッと降りてきて、それを紙に吐き出したら、気持ちがとても楽になったんです。

それを見た看護師さんが、みんなにも見せたいと大きくコピーして病棟に貼ってくれました。それを見て、涙を流してくれた人もいたという話を聞いて、こんなにうれしいことがあるのかと思いました。ゴルフでナイスバーディを取って拍手を受けるのもうれしいけれど、自分の作品で多くの人が喜ぶ、元気になる、笑顔になる。



「生きている喜び、ゴルフができる喜びを共有したい」との思いから、骨髄移植を受けた12月3日を中心にチャリティのゴルフコンペを開催(現在はコロナ禍で中断)

楽になりました。本当にありがたかったですね。生きるために必要な栄養剤のような感じでした。とはいえ、試合で結果が残せるような体力に戻るわけではないので、その頃は本当につらかった。「他人からせつかく血をいただいたのに、自分の体はどうなってしまったんだろう」と悔しくて泣いたこともあります。

結局、骨髄移植を受けるまでの3年ほどの間、輸血に支えられて生きていました。延べ1000回くらいは輸血を受けたと思います。それでも、体調はだんだん悪化して、出血も止まりづらくなってきてしまい、血小板輸血も受けました。もう、骨髄移植しか手段は残

されていませんでしたが、これに失敗したら「死」が待っている。そう思うと、なかなか決断ができませんでした。

**骨髄移植を決断
GVHDとの壮絶な闘い**

骨髄移植を決定させてくれたのは、女子プロゴルファーの先輩、奥村久子さんの夫である大相撲の阿武松親方(元関脇・益荒雄)からの言葉でした。

私は3人姉妹の長女なのですが、2番目の妹とHLA(白血球の型)が適合していたのは幸いでした。身内に適合者がいなかったら、骨髄バンクで必死にドナーを探していたと思います。

骨髄移植を決意したのは、阿武松親方の言葉があったからです。妹とHLAが適合していることもお話ししたら、「それはとても幸運なことだ。ドナーが見つからない人も大勢いるのだから、そのチャンスを活かさないわけにはいかないだろう。今は医学も進歩している。生きるチャンスがあるのに、なぜ、ためらうんだ」と言われ、「移植を受けます」と答えています。親方とおかみさんは命の恩



無菌室から解放の瞬間を看護師さんたちとお祝い。「カトちゃんペツ」の鼻めがねをしてパチリ!

人だと思っています。移植の準備も大変でした。いろいろな検査もするし、移植前には全身の剃毛もしました。頭も丸坊主です。でも、もともと前向きで明るい性格なので、「面白い。楽しんじゃえー」と。「マルコメくんになっちゃったな」と記念撮影したり(笑)。

移植の時には無菌室に入るので、退屈しないよう事前にお願いで、お気に入りのぬいぐるみや「カトちゃんペツ」の髭のついた鼻めがね、ダーツなどを持ち込みました。前代未聞だと思っています。骨髄移植を受けようと思った時「病気に勝ったな!」と感じました。ところが移植後、「移植片対

宿主病(GVHD)に苦しめられました。HLAがフルマッチした骨髄をもらったのに、その骨髄から造られた白血球が私の臓器を異物とみなして攻撃するんです。体のさまざまところに異常が出ましたが、口中に口内炎が出てしまい、物が食べられなくなってしまったのが一番つらかったです。この後、3年近く入院生活を送ることになります。右目も見えなくなっていました。

**人生に無駄な時間はない
命の大切さに気づいた**

闘病生活は苦しいものでしたが、これまでとは違った物の見方ができるようになりました。私は今、食べることもできずに寝ているだけだけれど、人生で無駄な時間なんてない。全てはその人に必要だから起こるんだと。

それに、妹から命をもらったのだから、食べられないくらいなんだと。神様がいいよと言ってくれたまではダメなんだ。命があるのは幸せなことだと思って入院生活を送ろうと。そして、もう一度グリーンに立つんだという思いが支えました。

そういう喜びがあることを知りました。その時、病気になって良かったと思えたのです。考え方次第で未来は開かれるんだと思います。もちろん、病気になるのは嫌ですが、病気をしなければ、笑手紙で書いたような言葉は出てこなかったでしょう。

健康は宝です。普通にご飯を食べべて、みんなと笑って過ごせることがどれだけ幸せなのか、病

気にならなければ分らなかった。献血に協力してくださる方や、骨髄バンクにドナー登録をしてくれている皆さんがいて、私たちのような患者が命を救われています。献血や骨髄バンクの大切さ、そして病気を通じて得た思いを、これからも笑手紙や講演を通じて皆さんにお伝えしていければと考えています。(了)

骨髄バンクへのドナー登録を!

白血病や再生不良性貧血、骨髄異形成症候群などの病気を根治するために、骨髄移植や末梢血幹細胞移植が必要になることがあります。移植を必要とする患者と、それを提供するドナーをつなぐのが骨髄バンクです。移植を行うにはドナーと患者のHLA型が適合する必要がありますが、適合するドナーが見つかる確率は、兄弟姉妹の間でも4分の1、血のつながりのない他人になると数百~数万分の1。日本では毎年、新たに1万人以上の方が白血病などの血液疾患を発症していると言われ、このうち骨髄移植などを必要とする患者は約2,000人。現在のドナー登録者は約54万人(令和4年3月現在)



ですが、1人でも多くの患者を救うため、できるだけ多くのドナー登録が求められています。なお、骨髄・末梢血幹細胞を提供できる年齢は20歳以上、55歳以下。登録は献血ルームや保健所などで受け付けています。

Present

日本赤十字社東京都支部の協賛企業様からご提供いただいています。ご応募、お待ちしております！



A. 1名様
スクエアコインケース
ダイアナ株式会社
カラー:ネイビー×ワインプリント
素材:牛革スエード
原産地:日本
サイズ:7.0cm×7.0cm



B. 5名様
E7系 かがやき「新幹線型 microUSBケーブル」
株式会社アーバン
カッコいいのに、どこか可愛い鉄道型のmicroUSBケーブルです。通電中は運転席部分が点灯し、臨場感があります。
※ノーズ部分を外すとUSBコネクタが出てきます



C. 3名様
555ml
24本入り
キリン生茶
東京キリンビバレッジサービス株式会社
生茶葉の生き生きとしたおいしさを味・香り、見た目からも感じられる、ずっつきりとしたおいしさです。



D. 3名様
600ml
24本入り
ファイアワンデブラック
東京キリンビバレッジサービス株式会社
大容量で冷たくても常温になってもおいしくお楽しみいただけるブラックコーヒーです。



E. 5名様
ハートちゃんフリクション蛍光ペンセット (イエロー・ピンク各1本)
株式会社日赤サービス
こすると消える“フリクション”シリーズの蛍光ペン。ぐるっと1周全身のハートちゃんデザインされています。



F. 5名様
リングノート
東京都赤十字血液センター
ナースキティ×けんけつちゃんのリングノート。B6サイズ。中ページにもイラストがちりばめられています。



G. 3名様
プロゴルファー中溝裕子さん
えてがみ
笑手紙カレンダー-2023
NPO法人 食といのちのお結び隊
ユーモアたっぷり、前向きに笑えるポジティブな絵手紙が好評のカレンダーです。「さっ、明日も頑張ろう!」と笑顔と元気が貰える“笑”手紙は心に響きます!

プレゼント応募方法

WEBフォームまたははがきでご応募ください。抽選でプレゼントが当たります！締切は2023年2月28日必着。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

※いただいた個人情報はプレゼントの発送および当支部からの連絡のみに使用します。お寄せいただいたご意見・ご感想は個人が特定できないよう配慮したうえで当支部が行う広報に活用させていただく場合があります。製造状況などによりプレゼントの内容が変わる場合もございます

WEBフォーム

<https://forms.office.com/r/Y861eT3v7H>



はがき

郵便はがきをご用意いただき、下記必要事項(①～⑬)を明記のうえ、所定の郵便料金の切手を貼ってご応募ください。※左の添付はがきからご応募されても抽選対象外となります

①郵便番号 ②住所 ③お名前、フリガナ ④年齢 ⑤性別 ⑥メールアドレス ⑦本誌入手場所(左のはがき裏面参照) ⑧本誌への満足度(満足・普通・不満) ⑨本誌で良かった記事 ⑩感想 ⑪これまでNTを受け取った回数 ⑫今後取り上げてほしいテーマ ⑬ご希望のプレゼント番号

応募先

〒169-8540 東京都新宿区大久保1-2-15
日本赤十字社東京都支部 NT編集部あて

読者の声 (vol.35)



パキスタンでの洪水による水没は、気候変動が原因と指摘されていました。私たち日本に住む人間も他人事でないことを痛感しています。苦しむ人々に世界中から手を差し伸べる努力が必要だと思います。

東京都・男性・56歳(新宿東口献血ルーム)

コロナ禍で不安やストレスを感じ仕事を休職したので、「こころの健康を考える。」はタイムリーな話題でした。自分が家族に支えられていることを実感し、元気になったら自分も家族の支えになりたいです。特集「デジタル社会に広がる可能性」は、聞いたことはあっても理解できずにいた“メタバース”という単語の意味を知ることができたり、牧島前大臣の「ぬくもりのある温かい社会の実現のためのツールがデジタル」という言葉に安心しました。

東京都・女性・26歳(都営大江戸線 六本木駅)