

## 骨髄ドナーとなって患者さんを助けたいけれど、自分にもできるのかなあ? 実際に骨髄ドナーを体験された方に、気になることを質問してみました!

**骨髄ドナー**とって患者さんを助けたいけれど、自分にもできるのかなあ?  
 実際に骨髄ドナーを体験された方に、気になることを質問してみました!

**今、骨髄ドナーを経験した橋本拓也さんに実際に骨髄提供されたときのお話を聴かせていただきたいです!** 橋本さん、よろしくお話しします!

**骨髄提供から1年半! 至って健康!**

はい! 2019年の春に骨髄提供しました橋本です! 当時は36歳でした! 骨髄ドナーについて知りたいこと、何でも質問してくださいね! どうぞ、ハッシーと呼んでください!

**骨髄ドナー経験者 ハッシー 大阪府在住**

ありがとうございます、ハッシー! ハッシーは、ドナー登録してから、どれくらいで適合通知\*が届きましたか? (\*助けられる患者さんが見つかりましたという通知)

僕の場合は、2年経った時に届きました! 人によっては数年経ってから届く人もいますし、ずっと届かない人もいます。白血球の型が合うのは数百から数万分の一です!

奇跡のマッチングですね! その時、どう思いましたか? いざとなると、怖くなりませんか?

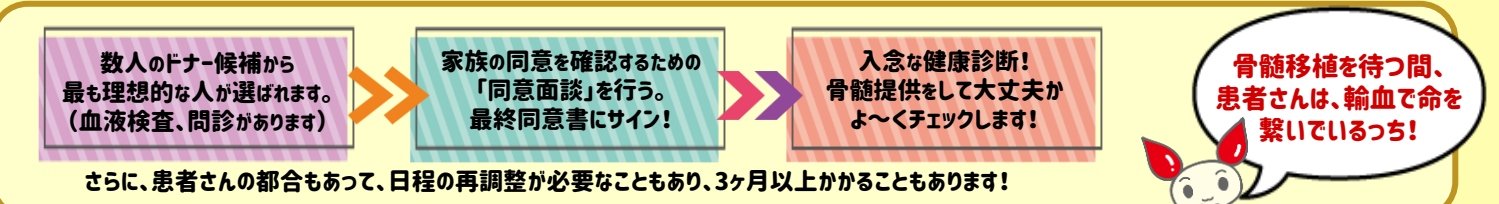
もともと、したいと思ってドナー登録したし、どんなものかちゃんと理解していたので、ぜんぜん怖くありませんでした!

適合通知が届いてから骨髄提供の日まで、どのくらいかかりましたか?

僕の場合は、3ヶ月かかりました!

そんなにがかかるんですね! ドナーさんは、3ヶ月間どんなことをするんですか?

3ヶ月は早い方ですよ! 場合によっては、数ヶ月かかることもあります! 下の図をご覧ください!



**骨髄ドナーとなるとき、一番大変だったことは何ですか?**

両親に同意してもらうことが一番大変でした! 後遺症が残るんじゃないかと、命に関わるんじゃないかと心配されて、なかなか賛成してもらえませんでした。

**骨髄液を採取される時、痛くなかったですか? 腰から注射器で吸引するとのことですが...**

全身麻酔して行うので、痛みを感じず、目覚めたときは採取が終わっていました! 僕の場合は、翌日から自由に歩きました!

**骨髄提供にかかった入院期間は何日でしたか? 仕事への復帰までは何日かかりましたか?**

入院期間は4日です! 骨髄採取の準備に2日、採取後の経過が良好で、採取から2日後に退院し、退院から2日後には仕事に戻れました!

**ハッシー、貴重なドナー体験談を聴かせてくれて、本当にありがとう!! あなたは勇者です!!**

いえいえ! フリーペーパーの右側に他のドナーさんの体験談もあります! ぜひご覧ください!

## 今、骨髄提供可能なドナーさんを待ち続けている人がいます!

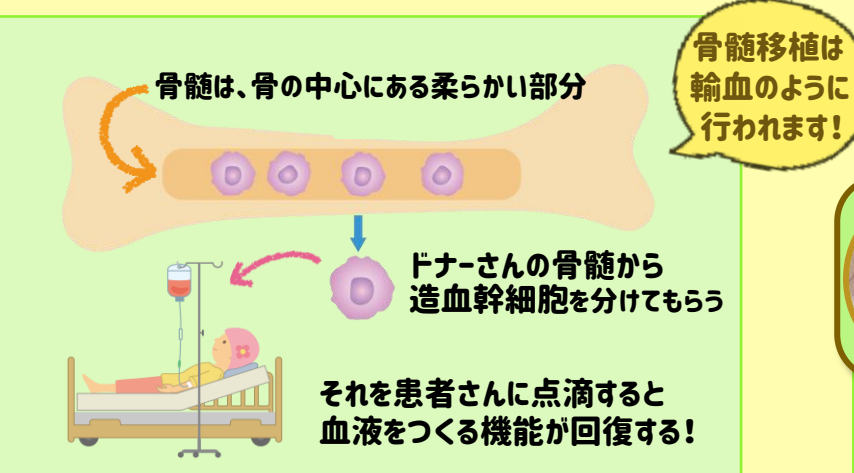
**再生不良性貧血**とは、血液を造る機能が失われてしまう病気です。健康な人から、血液を造る細胞(造血幹細胞)を分けてもらうことによって、治療が可能になります。その**造血幹細胞は骨髄(腰骨の中)**に多くあります。健康な人の腰のあたりから骨髄液を注射器で吸引し、それを、患者さんに点滴すると、患者さんの血液を造る機能が回復します。この治療を**骨髄移植**と言います。

**柴田 咲(えいだ さき)さん**  
 大阪府在住 現在大学生  
 「再生不良性貧血」という血液の病を克服するために、骨髄ドナーさんを必要としています!

**咲さんからのメッセージ**

私が再生不良性貧血だと診断されたのは、小学3年の時です。この病気を治すには骨髄移植という、私の骨髄を破壊し、正常なドナーさんの骨髄を入れる治療が必要でした。骨髄移植をするには白血球(HLA)の型が一致する必要があり、それは兄弟だと4分の1、他人だと数百から数万分の一の確率です。私は幸いにも弟とHLA型が一致し、小学4年生の夏に骨髄移植を行いました。骨髄移植は想像を超えるほど辛いもので、激しい頭痛や高熱、嘔吐、食事できない日々が続きましたが、当時5歳だった弟から採取された骨髄液を入れてからは徐々に血液が作り出され、生き返るように元気になりました。

小学4年生の頃の咲さんと母さん  
 退院して、久々にお家で  
 回復し、5年生になって骨髄バンクの活動に参加  
 18歳になり、骨髄バンクの説明員となりました!  
 現在、輸血しながら大学で勉強中!



ただ、現在は、また症状が悪化してしまい、再移植が必要な状態です。弟から再度骨髄液を採取することはできず、骨髄バンクには適合するドナーさんがいないため、今は輸血や薬を続けて適合するドナーさんを待っています。私は今、看護師になるために看護大学に通っています。また、弟への恩返しや、同じ病気の人たちの助けになれるように骨髄バンクの活動も行なっています。私だけでなく、ドナーさんを待っている患者さんは、沢山います。ぜひ皆さんも骨髄バンクにご協力をよろしくお願い致します。

## 骨髄ドナーについて理解を深めるワークショップを開催しています!

7月に、骨髄ドナーを体験された橋本拓也さんとのお話を開催しました。コロナウィルスの蔓延が心配されている時期でしたので、森でソーシャルディスタンスを意識しての開催でした。

まずは、森の散策をした後、リラックスした雰囲気、橋本さんとお話しました! 質問タイムもありました!

森の散策をして、深呼吸

「他にもドナー候補の方がいらっしゃるかもしれませんが、もしその他の候補者たちが全て提供を断ったら...と思うと、僕は迷わずやろうと思いました」と橋本さんは語ります。

骨髄移植が必要でも、ドナーさんはなかなか見つかりません。見つかったとしても、提供可能な状況ではないケースが多いのが難しいところです。このような患者さんやそのご家族の辛い思いや現状を伝え、そして、骨髄移植についての正しい知識や理解を広めるために、このようなお話を開催しております。

橋本さんは、関西骨髄バンク推進協会にご寄付くださった方々へ感謝の印として手描きのハートのポストカードをお渡しする「レッドハートプロジェクト」という企画を推進しています。お話会の後に、そのポストカード作りの時間を行いました。みんな、思い思いのハートを描きました! その日偶然、森に遊びに来ていた子どもたちも、ポストカードづくりに参加してくれました!

こちらでも閲覧できます!

骨髄ドナー登録から骨髄提供までの流れを分かりやすく説明している漫画です!(無料)

犬連れOK!

このようなワークショップに興味のある方は、ホームページをチェック下さい!

お子さん連れのご参加も大歓迎! お話会の間、スタッフがお子さんと遊びます!

お話会にご参加くださる皆さんに、「勇者モリオの冒険」をプレゼント!

ゲンキチャージマップにメールしてもらえたら、無料で郵送します!

骨髄ドナー登録は、全国の献血ルームにて登録が可能です!

大阪府の献血ルームの詳細は、こちらのホームページをご覧ください! 大阪府赤十字血液センター献血ルーム紹介 [www.bs.jrc.or.jp/kk/osaka/place](http://www.bs.jrc.or.jp/kk/osaka/place)

## 勇者たちの感動ストーリー

**「誰かを助けたい」を形に 世羅 友実(せらともみ)さんの体験談**  
 千葉県在住  
 2017年 骨髄バンク登録  
 2019年 骨髄提供

私は、2019年秋にドナーとして骨髄提供しました。献血は定期的に行っていましたが、登録のきっかけは、2017年夏、叔父が急性骨髄性白血病と知らされたことでした。家族なのに何もできないことがもどかしく、連絡のあった3日後にはドナー登録していました。けれども病状の進行は思ったよりも早く、叔父は1年後に旅立ってしまいました。

それから半年経った冬の日、骨髄バンクから適合通知が届きました。まさかこんなに早く適合通知がくるとは。実家の父にその事を伝えると、「助けてやれ」と言ってくれました。母は「嫁入り前の身体なのに」と心配したようですが、「やると決めたらやる子だから」と反対はしませんでした。私自身は、これも何かの巡り合わせのように思えたので、迷うことなく承諾と回答しました。幸い職場も含め反対はなくて検査結果も問題なく進み、採取までであっという間でした。とはいえ適合通知から採取まで半年近くかかり、患者さんの状態が心配で、「もう少しだけ頑張ら」と願っていました。

採取が終わり、目が覚めたときに感じた腰の鈍痛で採取したことを実感。回復は早く、採取当日に自力でトイレに行くことができ、退院後すぐに職場復帰できました。それから半年近く経った頃、患者さんとご家族から退院した旨の手紙をいただきました。「誰かを助けたい」とドナー登録したあの日の想いが形になった瞬間でした。

提供から2年が経とうとしている今、たまに提供したことを話すと「すごいね」と言われます。でも「私もドナー登録してるよ」と言われたことはまだ一度もありません。私は今のところ元気です。でも、それは周囲の協力があるからで、決して1人で生きているわけではありません。だから、命を独り占めせず、これからも誰かのために使おうと思います。身体が不自由な人に座席を譲るように、元気な人が献血するように、「私もドナー登録してるよ」と命をつなぐ人が1人でも増えますように。

**自分の決断で誰かを救える 小倉 鉄平(おくらてつぺい)さんの体験談**  
 埼玉県在住  
 2018年 骨髄バンク登録  
 2019年 骨髄提供

ドナー登録は、献血に抵抗のなかった私にとっては特にハードルの高いものではありませんでした。しかし、大学3年を迎えた2019年4月、ドナー候補者に選ばれたとの通知が届いたとき、いざドナーになる選択を目の前に突きつけられると、動揺している自分がいました。

もちろん、登録時の説明内容も、移植の必要性や自分へのリスクも頭では理解していましたが、改めて事の重大さを考えるとやっぱり少し怖いと思ったり、簡単に決断できませんでした。当時の悩んだ時間、考えた事、決断してからの出来事は、人生の財産となりました。

普段意識することのない、「いのち」について考える時間が増えました。病床に伏す人たちに思いを馳せ、無菌室から出られない子どもたちの日々を想像しました。突然血液の病と宣告され、日常を取り上げられた人の苦しみがいかに浮かびました。涙が溢れ、自分の幸せに感謝しました。自分で決めた未来を創れる、いくらでもやり直せる、そんな自分を認めてくれる人達がいる。人に恵まれていることに気がつくきました。

ドナーになるかどうか迷う自分に寄り添って背中を押してくれた両親や、ドナーになる選択を讃えて理解してくれる仲間たちがいる。意識なんてなくても当たり前にあつた大きな幸せを、誰かに分けられるチャンスが目の前にある。その素晴らしい奇跡に立ち会える。こんな気持ちになったのは生まれて初めてでした。

「若者のドナー登録が少ない」「ドナー候補に選ばれても仕事や家庭の事情で引き受けられない人がいる」など、難しい問題がたくさんあり、それも少しずつ伝えていかなければなりません。でも、何よりも、今、私が一番伝えたいのは、「自分の決断で誰かを救える」ということ。それは間違いなく自分の宝物になるということです。僕のような経験をする人が、一人でも増えることを祈ります。

※ホネちゃん、水谷さるころさんの漫画「勇者モリオの冒険」と「骨髄ドナーやりました!」(少年画報社)に出ています! 漫画で、ドナー登録から提供までの流れが分かりやすく描かれています! ホネちゃん @水谷さるころ/少年画報社/日本骨髄バンク