



診察室の片隅で

秋の深まりとともに蜜柑や柿の季節となり、柿が赤くなると医者が青くなるとまで言われたのは昔の話である。秋は気象状況に恵まれて体調不良の人は少なくなり医者は不況であったらしい。しかし、近代社会は環境の変化が激しく人々は体調を崩しやすくなり医療機関を訪れる人が多くなった。

農家の患者さんから近年は野獣によって柑橘類や野菜類が荒らされてその対応に苦慮している話をしばしば聞く。特に山裾に近い地域では猪が平気で出没して農作物を荒らすようになって久しく、人には危害を加えなくても安心はできなくて、その防衛には可成りの費用と手間がかかると嘆いている。昔のような人間と野獣との住み分けが次第に薄くなり、共存の形態が次第に強くなっているのかと思われる。

このような生活環境の変化とともに仕事の内容や方法も追従して変わっているが、高齢者の中には今までの仕事を引き継いでいる方もおられる。いずれにしても体調管理には気を付けて医療機関を訪れている人は多く、どこの病医院も待ち時間は長い。私は現在 月、火、水曜日の午前中のみ診察室に出てぼつぼつ活動していて、古くからの馴染みの方が多く、気張らずにのんびりとした診療を続けている。こんな外来診療のなかでも時には救急患者や精密検査を必要とする人も居て、少しは役に立っているのかと思いながら診療の一部を手伝っている。

患者さんはそんなのんびりムードの診察室に入ってくるなり“今日は先生の元気な顔が見られてよかった”と景気よく挨拶してくれる人や、“先生に診てもらって話をすただけで心が和み治った気がする”との声をかけてくれる人も居て、お世辞かもしれないが正直嬉しいものであり、その反面責任を感じる言葉でもある。

私ごとき医者はすべての病気を治せるわけでもないが、医者としての使命として患者さんを安心させることが一番大切と考えている。患者さんは様々な不安を抱いて来られるもので、先ず訴えをよく聞き不安に寄り添うことで信頼関係が築かれ「先生に診てもらっただけで治った気がする」という言葉になるのかも知れない。そのため私も日々研鑽を積むことが必要であるが、高齢の身ではその負担はいささか無理とも思われる。

また、患者さんの中には“先生体に気を付けて風邪引かんようにしてや”とにこにこ顔で声をかけてくれる人や、“今度来るまで元気で居てや”と言われる方も居て、私の人生も終わりに近いのかと疑うこともあるが、このような親しみ深い言葉は仕事冥利に尽きる思いで頑張らなければと思っている。

昔から「火の無いところに煙は立たぬ」と言われるように、色々な現象の影にはなん

らかの原因や理由が隠されているものである。病気も同じことで何らかの理由があつて体調不良をきたすもので、現代病にはさまざまな原因が絡み合っている場合もあり単純に解決できないことが多い。その為に十分な問診が大切でこれをしっかり押さえながら各種の検査を進める必要があり、血液検査、レントゲン撮影、CT検査、エコーなどが行われるものであるが、近頃は梯子受診をして過剰診療の傾向が見られるとも言われる。

体調不良をきたす要因には疲労過多、ストレス過剰、食習慣の乱れなどさまざまあり、日常生活のリズムを狂わせることが原因になるとみられることが多い。その生活リズムは各人各様で長い日常生活の中で自ずと習慣づけられて作られるものであるが、加齢や環境の変化などで乱れやすくなるものと考えられる。患者さんとの話題の中に体調不良の原因ではないかと思われる言葉を聞くこともあり、何でもなし話の中に大事なヒントが潜んでいることもある。

高齢になると五感をはじめとして全ての体の機能は日々に減退するもので、私はそれを少しでも抑制するためにと、毎朝起きたときラジオ体操の真似事を実践している。また患者さんの話として毎日体を動かすよう努力していると仕事が楽に出来るようになるとか、逆に何日も休むとてきめんに筋力の衰えを感じ動きにくくなるとも言われる。人の体は毎日動かすことによって明らかに老化を抑制できるもので、これを続けることでより効果的な状況をもたらすとも言える。

一般に患者さんは薬を飲めば様々な症状がとれて病気が治ったと思うらしい。しかし大切なことは薬だけで病気が治るのでなく、各人に“自然治癒力”という免疫力が備わっていて病気の全快をもたらすものであり、薬はあくまでも治癒力をサポートするものであると知って欲しい。薬には沢山の種類があり、その使用法は難しく、副作用があり、効果はそれぞれ異なり長期連用には注意をしたい。大切なこととして自然治癒力と言われるものは各人の生活態度や健康維持への心がけなど様々な日々の努力によって自然と備わってくるもので、一朝一夕に得られるものではない。

人生ではひよんなことがきっかけで大きく変動することがあり、一つの人生の節目を迎えて全く予期しない世界が開けて明るくなることもあれば、逆に落ち込み悩むこともあつて「人生一路は」様々な軌跡を残すものである。終わりに病気は医師の力だけで治っているものでなく、あくまでも医療関係者のアドバイスやサポートをしっかりと守って努力した患者さん自身の気力によることを忘れないで欲しい。医療への依存心が強くなり、自立心を凌駕すると病気は治りにくくなるらしい。

