

優秀作品賞

「のんきで怠惰な私の変身」

打浪 紘一さん

ちょうど十五年前、私が五十九歳の時のことである。その頃の私は、世の多くのサラリーマンと同様に、一日の大半を会社の業績アップのために費やしていた。仕事となれば、深夜も早朝も関係なく私は働き続けた。そんな私の貢献度が評価されたのか、それなりのポストも与えられ、表面的には充実した生活を送っていた。だが、数年前から、私は職場の定期健診で、血圧と中性脂肪の高さを指摘されていた。医師から、早めに精密検査を受けた方がよいとすすめられていたが、忙しさを理由にして、そのまま放置していた。

実は三十代には六十二キロだった体重が七十七キロまで増えて、ちょっと走っても息切れがして、階段を登るのも苦痛になっていたのに、それを重大な病気の赤信号だと気付かずに、「年齢のせいだ」と高を括っていたのである。のんきで怠惰な私の性格のせいである。

身体を動かすのが苦痛だから、どこへ出かけるのもクルマを使い、運動と言えるものは何もしていなかった。その上、接待で外食する機会が年々増えて来た。食事はおいしいものばかりで、栄養のバランスなど考えたこともなく、カロリーの高い食品や甘いものを欲しだけ摂っていたのである。

病魔はそんな私をずっと狙っていた。ある日夕食後、テレビを見ていた私は、背中にこれまで経験したことのない強い圧迫感と胸が締め付けられるような痛みを感じて倒れてしまった。

幸い、妻がすぐに私の異変を感じて救急車を呼んでくれたので、その夜は急患用の病室で点滴を受け、翌朝循環器専門のY 医師の診察を受けた。

「心筋梗塞の症状ですね。当面安静にしてもらわなくてはなりません。すぐに入院の手続きをしてください」というY医師の言葉に、「先生、職場の引継ぎや、社員の年休消化などを済ませてからにしたいので、入院は明後日ではいけませんか」と私は言った。柔和だったY医師の目が急に鋭くなったかと思うと、「何を馬鹿なことを言ってるんです。あなたは一つ間違えば死んでもおかしく

ない状態なんです。また、発作が起きたら責任は持てませんよ。それでもいいんですか！」と叱りつけるように私を睨みつけた。見たことのない怖い目だった。

その時になって初めて、私は自分の病気の深刻さに直面し、これまでの健診結果を如何に軽んじてきたかを思い知らされた。

「分かりました。よろしく願います」と入院手続きを終えた私は、ただちに集中治療室へ送られた。その日から、心臓に負担がかからぬようにトイレへの往復まで車椅子を看護師に押しってもらう生活が始まったのである。

集中治療室には、私の他にも重い症状の人が数人ベッドにいた。夜眠っていると、身体に異変が生じた人のベッドの機器がピーピー、チリチリと音を立て、その度ごとに夜勤のナースが駆けつけてくる。命を守るための尊い仕事ぶりを目の当たりにして、私は自分の健康管理について如何に無知で傲慢で独りよがりだったかと深く反省するに至った。

入院から二週間後、私はカテーテルによるステント装着手術を受けた。脚の付け根から挿入されたカテーテルが、心臓に達し、細くなっている血管に金属製の管が装着される様子が、手術を担当する医師同士の会話から耳に入って来る。「よし、完了だ。うまく行った」というY医師の声を、私はぼんやりした頭で聞いていた。

手術から二週間後、私は退院を許され、Y医師と対面した。Y医師は穏やかに、「打浪さん、ひとまずあなたは窮地を脱しました。でも、病気との闘いはここからですよ。規則正しいバランスのとれた食事と適度の運動が必要です。血液検査の結果はまだまだ改善の必要があります。六か月後に、再検査を行いますので、その時にはその努力の成果を見せてください。約束ですよ」と言った。

私は「はい、がんばります。次に先生とお会いする時は必ず健康な状態になるよう努力します」とY医師に誓った。

その日から、私は日々の生活を一八〇度転換した。食事は妻の協力で、野菜や魚を中心にし、クルマをなるべく使わず、自分の足で歩くようにし、毎日一時間のウォーキングを続けた。何があっても命を救ってくださったY医師との約束を守ることが私の目標だった。

おかげで、六か月後の再検診では、体重もほぼ昔の六十二キロとなり、血液

検査や血圧もすべて正常であった。何より嬉しかったのは、Y医師から「打浪さん、あなたは私の優等生です。これほど見事に変身された患者さんはあなたが初めてです」と言われたことである。以来、三か月ごとにY医師の検診を受けながら、十五年間、私は元気に日々を過ごしている。