

大規模な土砂崩れや未曾有の豪雨に火山噴火と、昨今頻発している大災害は、自然に対する畏怖の心を忘れてしまった人類への警鐘に思えてなりません、いかがでしょうか。

クリニック通信 21 号が出来ましたのでご一読ください。

院長ブログより 《不老不死なんて》

人類の歴史は病気との闘いの歴史でもあります。医学の驚異的な発達是不治の病も次々と克服し、いずれどんな病気も事故も怖くなくなる日が来るかもしれません。それでも人間の欲求はとどまるどころを知りません。それは「老化」という自然現象に対する挑戦です。

日本も平均寿命の延長により未曾有の超高齢化社会となり、いまや高齢者は社会のマイナー勢力ではありません。中高年をターゲットとした商品の急増もその表れですし、豊かな人生経験に裏打ちされた豊富な知識や深い洞察力、人間としての深みは、年齢を重ねなければ決して得られないでしょう。

そうは言っても、心身が健康でなければ豊かな人生を享受することは出来ず、それに誰でもいつまでも若くありたいと思うのは当然です。皺だらけよりも張りのある肌の方が、艶のない白髪よりふさふさとした髪の方が、曲がっているよりしゃんと伸びた腰や膝の方がよいという人が多い、言いかえればいくら年齢を重ねることを肯定的に捉えても、基本的には暦年齢に抗って少しでも若く健康でありたい、というのがほとんどの人の望みであることは否定できません。高齢者を「シニア世代」などと呼ぶようになったり「アンチエイジング」と喧しく言われるようになったのもその表れでしょう。

さて、このような驚異的な医学の発達の結果、いったい人類はどこへ行き着くのか？不老長寿、そして不老不死なのでしょう？まさかそんなこと！と批判されるかもしれませんが、そこは哀しいかな人間の煩惱、実現の可否は別としても、ベクトルがそちらへ向いていることは否定し得ないでしょう。

20XX年、究極の不老不死の医療技術を獲得した人類は、好みの年齢に身体を若返らせ、それ以上は全く老いない、たとえ事故や病気で身体の一部を失っても、自分の細胞から作ったパーツや精巧な代替品でそれを取り替える、そして受精前診断であらゆる病気は予見でき、その発生すら未然に防げる。発達した美容医学は、もちろん美容上も好みに応じた完璧な容姿を作り出す。誰もが永遠に若々しい身体を誇る美男美女の世界、まさに究極の素晴らしい世界



……本当でしょうか？

人生とは何か？人は何のために生まれ、生きるのか？死後どうなるのか？… こういった根源的な疑問は古今東西、様々な哲学者や賢人たちがその答えを探してきましたが、誰も答えは

見つけておらず、まして私のような凡人に判る由もありません。ただはっきりしていることは、本来、命には限りがあるという事実です。万物は流転しいずれ消滅する、人間を含めあらゆる動植物も、さらには気の遠くなるほど長い時間をかけて出来た星々やこの大宇宙でさえも、免れることの出来ない真理でしょう。

だからこそ人間はこの世に生を受けた限りは一生懸命生き、そこに様々なドラマが生まれ豊かに成長する、生きることはいずれそれが終焉を迎える運命にあるから素晴らしい、ここに一種の美学があるのかもしれない。

私はあらゆる生き物の中で、人間ほど愚かなものはないのではないかと考えています。人間はその誕生以来、万物の霊長として君臨している“つもり”になっています。しかし、こと自分たちの浅はかさについては、はっきり言って何も学んでいないのではないのでしょうか？



彼らはいつまでたっても過去の過ちを反省することもなくずっと愚かな争い、殺し合いを繰り返しています。それでも、我々が幸いにも今まで滅亡を免れたのは、どんな人間にもいずれは必ず死が訪れる、どんな辛い時にも必ず終わりがあるから、どん底の人間でも希望を持っているのはいつかは時間が解決してくれることを知っているからです。そんな人類が永遠の生という欲望をかなえた時、そこに起こることは、言わずもがなです。

私は人間が長生きしたい、若返りたいという気持ちを否定するものではありません。たとえ来世を信じていたとしても、なかなか現世での生を捨てられる由もなく、全く悔いのない人生を送れる人も稀でしょう。また人間はどこまで生に執着することが許され、どこからは許されないという境界線を引くことは出来ないからです。

しかしそれでも私は、この世のあらゆるものは、永遠に続くことなど許されない、始まりがあるから必ず終わりもある、この単純な摂理を理解してこそ人生は意味があるのだと思います。「元気に生きてぽっくり」というような生き方は人間の一生として万人の望む理想的なところですが、「不老不死」だけは決して求めるべきではないと信じています。



医学が発達するにつれ、私たちはいかにして長生きさせるかという「生」の面ばかりに執着し、いかに人生の最期を迎えさせるかという「死」の面には目を背けてきました。その結果今や、「ぽっくり逝く」ことなど少なくとも日本のような医療先進国では困難になっています。最新の医療は人を簡単には(→裏面へ)

死なせてはくれず、三途の川を渡りかけている人をこの世に引き戻すことさえ出来ます。大変ありがたいことですが、それが故に人は自分の意思に関係なく「生かされ」、「病院のベッドで沢山のチューブにつながれ…」などということになり、尊厳のある「死」はどんどん先延ばしにされるわけです。人生は結局いつか終止符を打たれるべきという摂理に抗った結果でしょう。

人生は一種のドラマです。本当に限られた人生を充実して過ごして燃え尽きた人たちは、最後に思い残すことなく人生の幕を引くことにためらいはないのではないでしょうか？

われわれ医療従事者は、「生」というドラマを演じ切った人たちに、いかに「死」というその幕引きの演出を助けられるかということにも心を砕かなければならないと思います。

今月の話題 “秋バテ”

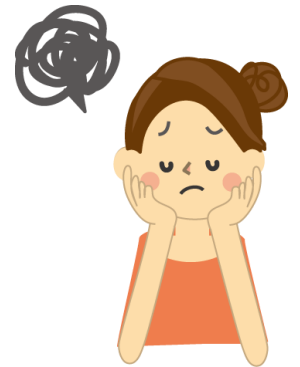
今年は残暑といわれることなく、あっという間に秋がやってきた感じですが、皆様、体調はいかがでしょう？ 季節の変わり目は体調を崩しやすいといわれますが、原因のひとつが、「1日の寒暖の差」です。朝晩寒くて日中はそれほどでもないこの時期、1日で10℃以上の開きが出てくることもあります。私たちの身体の体温調節は自律神経がコントロールしてくれていますが、自律神経は5℃以上の急激な温度変化に対応することが苦手といわれています。

自律神経のバランスが崩れ、だるさが続いたり風邪をひきやすくなるというわけです。

秋バテの解消方法には、以下のような方法がお勧めです。

1. 自律神経のバランスを整える
朝、日光を30分間浴びる
ウォーキングなどの軽い運動
2. 胃腸を温める
3. 身体を温める
お風呂につかるなど

いずれも、リラックス効果により、副交感神経を優位にしてくれます、秋の体調不良、長引かせないようにしてくださいね！



(看護師 M より)

肺炎球菌ワクチンの定期接種化のお知らせ

本年10月から、成人用肺炎球菌ワクチン(ニューモバックス)が、定期接種となります。

- ・ 今回の対象者は、平成26年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、および100歳以上の年齢になる方で、かつ今まで肺炎球菌ワクチンを接種したことのない方です。
- ・ 60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方(インフルエンザの定期接種対象者と同じ)も対象となります。
- ・ この制度では、今までこのワクチンを接種したことがない方を対象に、平成30年度までの間にひとり1回、定期接種の機会を設けており、対象となる年度においてのみ、定期接種としての公費助成が受けられます。
- ・ 神戸市の場合、自己負担額は4,000円です。
- ・ これ以外の年齢の方は、平成30年度までに接種可能な順番がまわってきます。たとえば、平成26年度末で61歳の方は平成30年度(65歳になる年度)、72歳の方は平成29年度(75歳になる年度)です。
- ・ この機会を逃すと定期接種制度の対象ではなくなりますが、任意接種は今まで通りいつでも可能です。
- ・ ワクチンの効果は5年間有効ですが、現時点では、今後5年毎の接種がすべて助成になるというわけではなく、初回の1回のみです。

手続きの詳細は、お電話か受付でお尋ね下さい！

「じむこらむ」は、今月は休ませていただきます。
☆クリニック通信のバックナンバーをご希望の方は、受付でお申し出ください。
院長ブログはHPからリンクしていますので、他のブログもぜひご一読ください。

| | | | |
|---|--------------|--|-------|
| おおかど循環器科クリニック | 循環器科・呼吸器科・外科 | 院長 | 大加戸彰彦 |
| 〒651-0055 神戸市中央区熊内橋通7-1-13 神戸芸術センタービル内医療モール4F | | | |
| TEL 078-855-9151 FAX 078-251-5033 | | | |
| e-mail aki-ohkado@ohkado-heart-clinic.com | | HP http://www.ohkado-heart-clinic.com | |
| 診察時間 午前9～12時・午後4～7時 木・土曜日午後、日祝日は休診 | | | |