病院にご縁のある方にご投稿頂きました

当院に多方面に渡りご支援ご協力を頂いており、またご自身の病気の治療でも当院をご利用頂いています。現在は市民文化ホールの名誉館長兼アートディレクターをされておられます井出茂郎さんです。
お忙しい中、貴重な体験のご投稿を頂きまして、ありがとうございました。

喘息との闘い

宮崎市民文化ホール名誉館長
兼 アートディレクター
井手茂郎

突然の発作

今から 20 年前(1997 年)２月。私はインフルエンザにかかりました。当時、この頃は私の職場でも流行していました。知人に紹介された A 病院に行き、点滴を受け風邪薬をもらいました。その後、熱は下がり回復したかのように見えました。しかし咳は続き、いっそう強まるばかりでした。A 病院の医師は、風邪が長引いているだけで心配ないということでその病院に通っていました。仕事は続けていましたが、数日経っても咳は治まらず、一ヶ月後は呼吸まで 苦しくなり始め、夜も眠れなくなりました。苦しい中でも仕事は専門職だったので休むわけにもいかず、さらに仕事を続けていました。

そんなある日、自宅で突然呼吸困難になり、世の中の酸素がまったく無くなったような状態に陥りました。このまま死ぬのではなかろうか・・。救急車で運ばれ B 病院へ搬送されました。救急車は初めての経験でした。病院の玄関には、複数の医師と看護師さんが いたのをかすかに覚えています。もうろうとした中で、気がついたときは病院のナース室の前の個室にいました。酸素吸入マスクと腕にはステロイドの点滴がされていました。それから 24 時間、酸素吸入と点滴で一週間、まさにはりつけの状態でした。あとで知りましたが、病室の前には面会謝絶の札があったそうです。その後一般病室に移り延べ 30 日入院していました。

前兆

振り返れば、さらに 20 年前の 20 歳代の梅雨時期に、ひどい咳が出て呼吸が苦しくなった時が何度かありました。それも週末の夜になると苦しくなるのです。２つの病院に行ったものの、いずれも検査などなく咳止めの薬をもらっただけでした。

その後、週末に息苦しくなるほかは、普段と変わらないため好きな野球やゴルフに没頭していました。週末に発作があるのは、一週間の仕事を終え、気持ちがほっとした時に出ていたようでした。それでもスポーツができたのは若さゆえだったかも知れません。

８度の入院

B 病院では気管支喘息と診断されました。その後 18 年通っていましたが、この間、喘息の発作が繰り返しやってきて、計８度入院しました。B 病院は医師の異動が多く、代わった担当医師も７名になりました。いろいろ相談に乗ってもらえた医師もいましたが、大半は聴診器もあてず、 酸素量も測ることなくパソコンを見ながらの検診でした。

医師によって薬もつど変わりましたが、依然発作は治まらず夜間救急病院にも駆け込んだのは数えきれません。プレドニゾロン(炎症など抑える強い薬=ステロイド)やサルタノール(喘息発作で狭くなった気管支を一時的に広げる即効薬)は、常に持ち歩いている状態でした。仕事と病で悩むことも多く、ストレスがかなり溜まっていたようでした。

持病との向かい合い

宮崎の陸上界で活躍し、その後校長なった知人と話したときのことです。私が喘息の持病で悩んでいることを話したら、「井手さん、持病があることはプラスとして考えたが良いよ」と言いました。「我々スポーツ選手は体力を過信し、現役を終えてからコロリと逝く人も少なくはない。持病を持っていることは、それを中心に治そうと考えて生活をしているのだから大丈夫!」と励まされました。

それから、もう一度自分の生活パターン、食生活等をあらためて振り返り考えるようになりました。喘息の天敵は甘い食べ物。特に子供が好む物(ケーキ、アイス、チョコレート、卵焼き、から揚げ、エビ等々)は禁物。このほか、暴飲暴食の禁止。睡眠を取る。気分転換を図る。歩く。日に一度は複式呼吸を数回行う。など心がけています。

現在の状況

このような中、迫田病院に通うことになりました。佐々木誠一医師ご夫妻、土居芳枝医師をはじめ内科の先生方によってそれぞれの角度から見たアドバイスと治療を受けています。さらにこの春から呼吸器専門の重草貴文医師も加わり、一貫性の治療が受けられるようになりました。

幸いこの３ヶ月は発作が出ておらず、好きなゴルフも数年ぶりに再開しました。この 20 年間、自分なりに毎日、パルスオキシメータ(酸素飽和度の測定) やピークフローメーター(最大瞬間呼気量の測定)などを使用してデータを取っています。喘息は季節の変わり目に出ると言われていますが、まさにその通りです。温度の変化があるときは発作が出やすく、また雨、台風など湿度の高い日も発作が出やすくなります。暑さ、寒さが同じ温度で続く日など、温度が一定しているときは発作が出ないようです。

テレビのある番組で、レポーターが長寿の方に「健康の秘訣はなんですか?と尋ねたら、その方は「身体のどこかがおかしいと思ったら、すぐ病院に行くのです」と答えていました。レポーターは違う答えを望んでいたかもしれませんが。以前、世界一長寿と言われた徳之島の泉 重千代さんが 110 歳台の頃、レポーターが、どんな女性が好みですかと尋ねたら「年上の人が良いねー!」と答えたそうです。思わず笑ってしまいました。

私の父は 47 歳、祖父は 60 歳で他界しています。来年、私は 70 歳を迎えます。すでに父、祖父の年齢を超えていますが、叔母は先日 105 歳の誕生日を迎えました。そこまで追いつけるか分かりませんが、これからも喘息と向き合い、ユーモアのある人生でありたいと思っています。