

第10回 病気をチャンスに変える

「病気の真なる原因を探ろう」という視点で、沢山の患者を診ていて気付いたことがある。

人は不思議なことに、仕事のストレス、人間関係の葛藤などでとことん追い詰められ、逃げ場がなくなると、どこか具合が悪くなる。もちろん、心筋梗塞や喘息などストレスが引き金になって、発症する病気はいくつもある。けれど、身体的に特に異常は見いだせないけれど、症状が出現する状態を、僕は“潜在意識が求めた発病”と解釈する。

誰でも普通は病気になどなりたくはない。けれど潜在意識が「病気になるしか今の自分の置かれた状況に説明をつけることが出来ない」と判断すると、自分の最も弱い部分に身体症状が現れる。これはある種の“言い訳”でもあるし、自分をこれ以上壊さないようにするための“防御機構”でもある。つまり、「自分は病気だから、〇〇が出来ない」と

自己や他者への“理由づけ”が可能になる一方で、「診断書」という大義名分を取得して“堂々と”休養することが出来る。裏を返せば、そこまで追い詰められていた訳だ。これはある意味、燃え尽きてしまうのを防ぐための病気というもののプラスの面かもしれない。

しかし、その休養中に、そこに至った原因の全てを「環境のせい、人のせい」にすることなく、「自己責任」の観点でも省みて、発展や成長に繋げることができたなら、その発病や休養はとても意味のあるものになるだろう。これこそが、「病気をチャンスに変える」ということなのだ。

医学博士のメデイカルコラム
病気が教えてくれるもの

医学博士 木村謙介

北海道大学医学部卒。慶應義塾大学医学部循環器内科専任講師などを歴任。

米カリフォルニア大学サンディエゴ校医学部留学、最先端の基礎医学と豊富な臨床経験を持つ。「大きな病気を発症する前にその芽を摘み取る方が医療レベルは高いはず」の信念で2012年、きむら内科クリニックを開設。



きむら内科クリニック TEL 044(981)6617

麻生区片平5-24-15 きむら内科クリニック 麻生区 [検索](#)