

医学博士のメデイカルコラム 病気が教えてくれるもの

第22回 80歳の壁

僕の母は80歳を過ぎた。いつもポジティブな母が、誕生日を迎えて珍しく弱気な発言をした。「もうここまできたら、いつお迎えが来るか分からない」と。現状、日本人の平均寿命は男女とも80歳代であることを踏まえれば、確かに、これは事実かも知れない。80歳を過ぎると「いよいよ最終コーナーを曲がった」と、『死』について意識してしまうのではないだろうか。

僕のクリニックには、母と同世代の高齢者が沢山いる。この人達を見回してみると、やはり80歳を過ぎて、心の奥底で「生睡をぐくり」と飲み込んでいる人が多いことが分かった。急に元気が無くなったり、眠れなくなっ

たり、食欲が落ちたり…。多くの人は、どうして元気が無くなったかに気付いていないけれど、身近に感じつつある『死』への意識について僕が指摘すると、しばらく考えて「先生の云う通りかもしれない」と言う。

先輩達よ。僕もその歳にならなければ、本当のお気持ちは分からないかも知れない。でも皆さんは、自分の未来像でもあるから敢えて言いたい。「人生の晩年になっても、未来に希望が持てる考え方は唯一つしかない」と。

健康で長生きするための活動が重要であることは当然である。けれども最終的には、生に執着し過ぎず、死を必要以上に恐れず、“あの世”の存在を信じて、“心の錆び落とし”をしながら、「自由な世界への旅立ち」を心待ちにすることで、明るい晩年を過ごして欲しい。“この世”がすべてという「不完全な常識」にこだわり過ぎていては、80歳の壁は超えられない。

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