

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46回 心の温度

近頃、毎日検温している人が多い。こういった習慣はこれまであまりなかったものだから、自分自身の体温の変動を初めて知り、それが正常な状態なのか、新型コロナ感染の結果なのかの判断がつかなくて戦々恐々としている人も多い。

家庭で一般に普及している予測体温計の場合、検温開始からの温度の上がり方を分析して予測値を出してくるので、測定のために値がずれる。そもそも、体調も悪くないのに検温して一喜一憂することにそれ程の意味はない。体調維持のために体温上昇が必要な場合は、感染以外にいくらでもあるのだから。

それよりも僕が懸念しているのは、逆に“熱”のない人達のことだ。低体温とかそういう意味ではない。“熱”とは“情熱”であり、“熱意”であり“熱血”である。他の人や世の中を幸せにすることを目的とした「熱く語れる何か」を持っている人は、いったい

どれくらいいるだろうか。どんな環境であろうとも、どんな社会情勢であろうとも、自らの信念を貫いて生きている人には言い訳がない。親が悪い、家族が悪い、上司が悪い、育った環境が悪い、時代が悪い、病気が悪い、コロナ・ウィルスが悪い…などとは決して考えない。そういった人は寧ろ、悪条件をバネにして成功している。

体温より気にすべきものは“心の温度”である。感染をケアして、それ程大切にしなければならぬ肉体であるのなら、その大事な肉体を使って、一体全体、何を為さんとするのか？その方が遥かに重要だ。自らの人生を熱く、熱血火の如く生きる時、きっと免疫力も高まるはずだ。そう、日々検温すべきは“心の温度”なのだ。

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院。



医療法人

きむら内科クリニック TEL 044(981)6617

麻生区五カ田2-14-6

きむら内科クリニック 麻生区 検索