

精神科医の思うこと⑭

「男の涙」

松村 奈奈子

精神科の診察室にはたいがいティッシュケースが置いてあります。置いてくれない時は、自前で持ちこんじゃいます。だって必要なんです。

治療で通院している患者さんはもちろん、障害年金や特児手当などの診断書を希望してくる一度限りの患者さんでも、ちょっと無理をしている人、悲しみを誰にも言えないでいる人を見つけてしまう事があります。「頑張り過ぎていませんか？」と声掛けするだけで「スー」と流れ出る涙、ふとこぼれるような涙を受けとめる事は、精神科の診察室ができる事のひとつの様に思います。涙を見せた患者さんには、私は何も言わずティッシュケースをお渡します。「それでいいんですよ」と思いながら。

もちろん多くは女性の涙です。20数年この仕事をしていますが、男性の涙はめったに出会いません。それゆえ「男の涙」は印象に残っています。だから今回のテーマは「男の涙」

涙は「依存」のひとつです。ただ、涙を「甘え」ととってしまって、「甘えてはいけな

い」って思いこんでいるとなかなか涙は流せません。

性別うんぬんはもちろんあり、そう簡単に区別してはいけない部分もあるとは思いますが。しかし、「男の涙」にであう事が少ないのは、男はなかなか「依存」に抵抗があるんだらうなって思います。男はやっぱり大変です。

「男の涙」といってもいろいろあります。

ある日の男子大学生、「彼女にフラれたんですー」「落ち込んでます」「うーん」とポロポロ泣き出します。またある日は、診察室に入るや否や「うーん」と泣き出す30代の男性。夜仕事から帰ったら、妻が消えていたといい「昨日、ケンカでちょこっと殴ったからだと思う」「妻を殴ったのは初めてなんですよ」「妻のパソコンをみたらDVセンターの検索歴があった。きっとそこにいるんですー」と話します。

いずれもひとしきり泣いたら、落ち着きます。いやいや、失恋すると当分の間は落ち込むのはあたりまえやし、突然に妻が消えたら泣いちゃうのも理解はできます。でも、それは精神科医ではなく友達や知人の前で流す涙かな。聞けばいずれもちゃんと友達もいると言います。精神科医ではなく友達や知人に相談してみるようアドバイスするだけの、1回で終了の軽めの「男の涙」です。

重い「男の涙」は壮年のうつ病の男性。

典型的なうつ病の患者さんは、「まじめ・ガンコ・頑張り屋」の3つの性格特徴があります。その特徴ゆえに、なかなか精神科を受診してくれません。家族や会社の上司が

何度も何度も精神科受診を勧め、やっと来られます。その頃には、本人自身も限界を認めざるをえないほどシビアな状態です。うつ病になると「思考制止」という症状がでて、頭がまわりません。初診時にも本人からはポツリポツリとしか言葉が出てきません。経過を聞き「本当にしんどかったですね」と返した時に、張っていた糸が切れたように、まじめなサラリーマンが泣き崩れる姿はいつも壮絶です。昨日まで会社のデスクで歯を食いしばって、まわらない頭で仕事していたのかと思うと「ゆっくり休みましょう」としか言えなくなってしまいます。うつ病の「男の涙」はほんと重いです。

もちろん、他にもいろいろ「男の涙」はあるのですが、一番忘れられない「男の涙」。それは、10年ほど前に、長く務めた病院を退職した時のお話です。

その男性は軽い持病があり、同じ病院の内科に通院するついでに精神科に来ているっという感じの高齢男性でした。軽い睡眠薬を時々希望するだけで、いつも雑談のような話をして帰ります。

「わしは昔、女の事で嫁を泣かした」「昔はバクチでようけお金無駄にした」「ひとり息子が時々来るけど、来なくていいんやと言うたっ」「近所の奴とは話があわんし」などなど、あんまりかわいくない話を毎回します。

でも、それは諫めて欲しいのかなって感じがして、「奥さんに感謝しんとあかんで」「息子には、とりあえず“ありがとう”と言わなあかんで」「近所の人にはちゃんと挨拶しいや」なんて、フツーのおばさんの説教を笑いながらするだけでした。そんな説教に、いつも「そんなんでできるかい」とヘラヘラ答えるおじいさんでした。

転勤で初めてその男性の主治医になったのは彼が75歳頃、私が再び転勤でお別れする頃には80歳もずいぶん過ぎていました。少し遠くの街から1時間かけて原付バイクでパタパタとやってきていると聞いていました。10年近く、彼は毎月ちゃんと通院し、私に怒られて帰る、不思議なおじいさんでした。精神科の看護師さんも「毎月、何しにきてはんのかねー」と首をかしげていました。

最後の診察で、一通りいつもの掛け合いが終わった後、私は電子カルテのパソコンに顔を向けたまま、「実は、結婚するので今月でこの病院をやめるんですよー」と言いました。軽くお別れを言ってくれるのかなって思ってたんですが、反応がないので電子カルテから彼の方に振り返った時、私はびっくりしました。静かに座る彼の瞳から、涙が「ツー」と頬を流れ出ていました。しばらく無言が続き「残念です」とポツリと彼が発しました。私はいつものティッシュケースを渡すのも忘れて、その時、その涙の意味を考えていました。そして、この男性にとって、私は涙してくれるほどの存在だったのか、と初めて気づきました。

診察の後、80代半ばの高齢この男性とは、本当に最後のお別れだったんだと思いました。若かった私には、すぐにはわかりませんでした。無言で、しわしわの頬をつたわる男性の涙を私は今でも忘れられないでいます。そして、いまだに彼の涙の意味を時々ふりかえって考えてしまいます。

「男の涙」。めったに診察室で受ける事はないから、女性精神科医の私には心に残る事が多いです。