

## 精神科医の思うこと②7

### こころに残る患者さんの言葉

松村 奈奈子

秋も深まって、京都は観光のお客さんでいっぱいです。やっぱり紅葉キレイです。

美しい紅葉をみると、京都に就職して間もない頃、大阪生まれで大学は関東で過ごしたので、京都の事を知らなかった私に、「京都の紅葉は東寺がおススメやで」と教えてくれた初老の患者さんの言葉が、思い出されます。研修医でバタバタしていた私に“ちょっと休息しといでや”という優しい思いもあったのかもしれませんが。そのあと東寺の紅葉を見に行って、ほんと癒されました。今年も東寺の紅葉はキレイです。

医師としてお薬や治療についてお話しするのは私の仕事ですが、患者さんからふと人生のアドバイスをもらう事があり、それは特に若い頃は多かった様に思います。

お話をする仕事なので、プライベートで人に会うより、患者さんとお話しする時間の方が長いので、そんな出会いの中で、教えてもらった事はたくさんあり、今回はいくつかそんなお話を。

研修医の頃は、ほんといろいろな患者さんに声をかけてもらいました。うつ病のおばちゃん達は口をそろえて「ちゃんとデートしてるか」「一度は結婚しときやー」と笑ってアドバイス。いやー、恋人いないのしっかりおばちゃん達にバレてました。

若い女性の患者さんが、素敵なお相手と結婚することになって治療が終了する時は、思わずこちらから「何かコツは？」と聞いてしまいました。「先生、たくさんの男性に会う事やで」「合コンは数をこなすと、いつか理想の男性とあえる」とありがたい助言いただきました。そういえば、この患者さん「たくさん合コンに行ってるなー」と思っていました。私も婚活時はこの言葉を信じて頑張って、今幸せに暮らしております。今は、コロナで合コンもなくなり婚活アプリがメインな時代になってしまいましたが、懐かしい思い出です。

高齢の夫婦で、ほんといい関係だなあと感じる時は、「仲いいですね、コツはなんで

すか」といつも聞いてしまいます。すると、高齢女性はみんなニヤッと笑い、口をそろえて「男は手のひらで転がすのよ」と話します。世間でもよく聞く言葉です。現実には夫婦と一緒に診察で会話すると、夫婦の真の関係が垣間見えて、「手のひらで転がせる」とはどういう関係なのかがよくわかります。それは、男性が手のひらで転がる状態で維持するよう関わるのが、コツなんだなあと思います。これ、なかなか難しいです。仲違いしている夫婦を診る事も多いので、この違いは「なるほどー」と思います。仲違いしている夫婦は、強引に相手を動かす感じが強いです。本当に仲のいい夫婦は、ちゃんとケンカもして上手に仲直りできるカップルです。「手のひらで転がせる」という本当の意味を、結婚してからじわじわ実感しています。日々思い出すありがたい助言です。

でも、一番忘れられないのは、研修医の頃に会った男性の言葉です。男性は私の担当患者さんではなくて、隣の病棟の神経内科の患者さんでした。いつも男性は車いすに座って、玄関やテラスに出て、独りでじっと風景を見て過ごされていました。なんだか気になって、声をかけると楽しそうに雑談をされるので、時々テラスで話をするようになりました。神経内科の担当医とは仲が良かったので、男性の病名がALS（筋萎縮性側索硬化症）と聞いていました。筋肉が萎縮して、呼吸する筋肉が萎縮すると厳しい状態になる難病です。担当医に、男性と時々雑談をしていると伝えると「ありがとう、難しい病気だし、よかったらこれからも話を聞いてあげて」と話します。

その日は、夕陽のきれいな日でした。病棟に向かうテラスで男性から声をかけられました。「もうすぐ退院して、いったん家に帰るんや」と話します。「そうですか、お話しできなくてさみしくなります」と私は横のベンチに腰かけました。するといつもの明るい話をする男性とは違ってしんみりと男性は話を始めます。

「ずっとトラック運転手をしてたんや。60歳で引退したら嫁と旅行に行こうと思って、頑張ってきたんやで」「仕事、ほんま辛かったこともあつてな」「昔な、嫁が浮気しよったんやけど、でも将来一緒に旅行に行こうって事になって、許したんや」「ほんなら60歳になって、こんな病気になってしもて、旅行、行かれへん」「なんやったんかなって思う」と男性はぼつりぼつりと話します。男性の目にはうっすら涙がありました。しばらく、二人で夕陽を眺めた後、男性は「やりたいことは我慢したらあかん」「できる時にした方がええ」と最後に私の目をみて言いました。

この直後、この話を大学時代の旅行仲間だった内科の先輩にしました。「そうなんだよねーつい最近の事なんだけど・・・」「友人が・・・勤務中に目の前で上司が心筋梗塞で倒れて亡くなってね」「その後、すぐ仕事を辞めて夢だった海外語学留学に行っちゃったんだよねー」と話します。目の前で突然に人が亡くなるという体験で、悔いのない生き方とは何かを、考えたんじゃないかなあと。「悔いのない生き方」って、なかなか難しい選択です。職場や家族との関係も大きく影響します。何を選択するかは、いろい

ろあると思います。

成績も優秀だった先輩は、その数年後、最前線の救急医療から緩やかな勤務の病院に転職しました。先輩は、再びゆっくり旅行にいける生活を大事にしたかったと話します。

私も、なにかあるたびに「やりたいことは我慢したらあかん」「できる時にした方がええ」の言葉を思い出します。元々、「石橋をたたいて渡る」ちょっと臆病なところもあった私ですが、「悔いのない生き方」とふと考えた時、一歩がすっと出るようになったと思います。いつも、あの時の男性の言葉に、後押しされている気がしています。

患者さんに限らず、私はお会いした人からは、お話をしている中で何か教えてもらっているんじゃないかと思います。もちろんこの仕事、たくさんの人と話す仕事なので、教えていただく事、多いです。人と言葉を交わすことで、相手の人からいろんな事を我々は学んでいるんだなあと思います。