

愉快な仲間たち

澤井智恵美さん



「お変わりないですか？」

「ごはん、お代わりお願いします！」

「えっ？」

夜、看護師さんが回診に来られた時のこと。
お腹空いたを連呼する私に同室の彼女が代わりに
言ったセリフです。

おかわりが、違うって・・・

みんなで大爆笑！

「この部屋、若いわぁ～」と言われ、気をよくしてま
たまた爆笑するも背中が・お腹が痛かったで
す。

三人寄れば文殊の知恵。いえいえ、女三人かしま
しい。

はしがこけてもおかしい年齢はとくに過ぎてます
が、同室の女三人の病室はドアを閉められるほど
毎日が修学旅行生気分自己免疫向上と称しては
吉本バりに笑いの耐えない入院生活でした。

そんな笑って過ごす楽しい術後も術前は笑うことも
忘れ不安な日々の繰り返しでした。

人生なんとかなるさケセラセラと思いつつも足が思
うように動かなくなり、痛みと脱力感に苛まれ、どう
なるのかと思いつつも明日の天気は雨！と即席
天気予報士になり、朝、起きてベッドから立ち上
がるまで時間を要し、階下へ階段を降りるには一段
ずつ降りるといった具合で、そう笑ってられるわけ
もなく、くらーい毎日でした。

2000年春、足に力が入らなくなり病院を受診する
もどこも悪くないとの診断。もともと腰椎が人より一
つ多いと言われて腰痛は持病になっていましたの
で、診断を疑うことなく、整骨院に通いながらバドミ
ントンに精を出す日々でした。

2004年夏、しびれもひどくなり階段の昇降にも一苦
労するようになり、これは普通じゃないと思おう

少しちゃんと調べてみようと思つたらこちらに受診。
その結果、下された診断は『胸椎黄色靭帯骨化症』
病名がわかったのはいいけど、骨化症って？ 難
病って？ 自分の病名よりも難病と言われる数々
の病気にびっくりしました。

この時の症状は、左大腿部の痺れ・無力感から片
足立ちも出来ない状態で両足の足先の痺れ・灼熱
間がひどくなっていました。当然、医師からは手
術を促され手術の日程も決めていました。けれど
も、難病の文字にネット検索してみるとマイナーな
ことばかり。さすがにポジティブな私も手術に踏
み切る決心がつかず、対処療法が功をなしてその
場をしのぐことに。

2008年の冬くらいから、一層痺れ・筋肉の硬直が
強くなり痛みも出だしていました。階段の昇降も手
摺りがないと不安で降りることは出来ませんでした。

もう限界かと諦め三度病院探しに奔放しました。
この時は、オリックス宮本選手のこともあり、手術
に対してはかなり前向きとらえることが出来ていま
した。

二つ病院の診断結果は、もう少し様子を見る・手術
するの二通りです。そんな時、こちらの会にメー
ルをしたのがきっかけで、サードオピニオンを受け
られてみてはどうですか？ と新たに病院を紹介い
ただき、受診するとやはり手術は逃れられない状
況でした。

すでに、圧迫により神経は変色しているのに至急
ではないが早めの手術をすすめられました。

この神経圧迫による変色は、他の病院でも言われ
ていました。長い間 神経圧迫・変色があると術
後も回復が悪いようです。

手術は、胸椎椎弓形成術。胸椎を削除し骨化して
いる部分を削り、削除した胸椎にプレートを入れる

というものです。

(わっ！ 私って人造人間？ 改造人間？になるんやぁ・・・と人ごとのな印象)

覚悟を決め、手術をお願いすることにしました。

覚悟を決めたとはいえ内心は、

ホンマに大丈夫なんかなぁ・・・

スポーツまた出来るようになるんやろか・・・

手術の後の痛み残れへんやろか・・・

と不安にならなくもありませんでした。

覚悟を決めた診察から手術まで2ヶ月ほどの時間があつたので、余計に色んなことを考えたのかもしれない。

そう思いつつも今やれることとこう！ 悔いのないようにと入院までの月日はゴルフに明け暮れました。何故ゴルフなのかよくわかりませんが、多分じっとしていたら余計に落ち込みそうだったのでしょね。もしかしたら、心のどこかで先生出来るって言ったけど二度と出来ないかもしれないなんて思っていたのかもしれない。

不思議なもので痛い痛いといいつつ早起きはずごく辛いのですが、ゴルフの当日は誰よりも早く起きて出かけて、しっかり18ホールラウンドしてました。ゴルフ好きのおやじの気持ちが分かっちゃいました。

日頃は自転車に車・電車とあまり歩くこともなく、歩いたとしてもアスファルトの固い道。ゴルフ場の芝の上は、フカフカととても気持ちがよくて体力維持に少しは役に立っていたのではないのでしょうか。

不覚にも入院2週間前に風邪を引いてしまい、2回ほどキャンセルしたもののかなりの満足度で、入院・手術に望むことが出来ました。

(プロゴルファー目指してるのかと思うようなラウンド数に、当分出来なくなるからと好きにさせてやろうと暖かい目(?)で見守ってくれた家族に感謝です。見事に期待を裏切りましたが・・・)

手術前日は、無意識に水分を取らないように周りから水分を追放しましたが、なんの心配もなく朝まで爆睡。

みんなの朝食がうらやましくて、早く看護師さんが手術に迎えに来てくれないかなと思うほど落ちていました。

手術は、以外にも早く、約2時間ほどで無事終了。

圧迫されていた神経は、骨化を切除と共に膨らんだそうです。

部屋に戻って、横向きで一日はガマンの生活。

右にバルーン、左にドレーン、腕には点滴と血圧計、背中に縫い傷。(と言っても今は昔ながらの縫い傷もなくマジックで線を引いたような傷が一本あるだけ。)

手術当日は、かなりの覚悟をしていたのですが少しの痛みがある程度でじっとしているとホントに背中切ったの？と思うほどでした。

術前・・・

「骨を削るって・・・痛いですよ。痛いの嫌なので、麻酔効かせて痛くないようにお願いします！」

先生は「痛くないよ。スポーツも3・4ヶ月もしたら出来るから。」といとも簡単に返事されて、、、うそやぁ～って、思っていました。

まぁ、いらぬ心配をしたと言ったところでしょうか。

全身麻酔の挿管の後の違和感もなく、術後の発熱も当日だけ37度台、テレビも普通に見てました。術後、目が覚めて最初に言った言葉が『おなかすいた。。。』です。

翌朝には、バルーンもドレーンも取れ、身体を拭いてもらい着替えさせてもらってベットを起こして朝食をいただきました。このベットを起こした時、『グエーッ！』という感じで手術をして初めての痛みが走りました。45度くらいで、『もうこれでいいです！無理！』って感じでした。これが、手術をして最大の痛みでした。

その後、歩行器を使って歩いてみましょうということで、ベットから降りて病棟を一周。もともと、痺れ・硬直・痛みはありましたがそれなりに運動もしていたので、なんなくクリア。この時、あれほど痛みが強かった臀筋・アキレス腱は嘘のように痛み・硬直はとれていました。

背中の痛みも傷というより筋肉をはがした後が痛かったようです。右手を上げることが出来なくて顔を洗う時や髪を結ぶ時は苦労しました。

これも、日に日によくなり退院する時にはかなり痛みは軽減されていました。

4日目からリハビリ開始。入浴許可。医学の進歩に目を見張るばかりです。

入院中2度の血液検査の結果も良好で、看護学生さんが実習でついてくれていたのですが申し訳ないほど元気すぎでした。術後の回復で勉強にならなくてごめんね～。といいつつもリハビリの行き帰りは、歩行器が無くなったその日から6階の病室まで往復階段と看護師の基本＝体力向上に貢献いたしました。看護学生さん、微妙に息切れしてたけど…

寒いとできる血管の網目状の模様もなくなりむくみ取れ、いままであんなにお金をつぎ込んでマッサージしていたのが嘘の様にスッキリ改善されました。

ただ、血圧はいままでフツーとされるような高さだったのですが、元に戻ったのか低血圧再発で上が90以下になったこともありました。こればかりは、どうしようもなく早くスポーツが再開できることだけを祈りました。

手術後12日目には退院と食べて・おしゃべりと笑ってばかりの入院生活にピリオドを打ちました。

家に戻ってからは、少し恐々としていましたが目に入る生活臭にはそうも言わず掃除洗濯がリハビリになっていました。職場復帰も術後三週間に果たし、周りのみんなをびっくさせました。

退院後の検診では、春くらいまで無理かなというスポーツも許可が早々に出てバドミントンにゴルフと軽く練習してみました。異常なし。久しぶりの練習に筋肉痛と戦う毎日です。

術後2ヶ月ほどですか、現在の症状は、両足先・左大腿部の痺れ、左大腿部の筋肉のこわばりが残っています。

左足は、筋力低下の為にリハビリ中ですが、ちょっと頑張りすぎて筋肉痛めました。

手術の跡の背中も、術後一ヶ月ほど痛みがありましたが、今は時折鈍痛があります。

私の場合、骨化は一ヶ所だけだったので予後も比較的良かったと思われそうです。また、若いから回復が早いねえ～等と言われ大変気をよくしてます(笑)

私が、発症してから目に留まったネットの書き込みは、ほとんどが術後の経過は良くないものばかりで

したので絶対に元気になって、

『元気になれる！私が証明です！！』(どこかのCMみたい。。。)と

言えるようになるのが目標です。著名人ではないですが。。

あーっ！ 気象予報士なみの天気予報は未だ健在です。

そうそう、検診時傷口が少し痛かったのでその事を言うと

「傷は、痛ない。」と一蹴

「え～、痛いって」と思いつつも即答とその口調におかしくて笑っている間に痛みを忘れ、あれっ、気のせい？なんて思ってしまった。以来、『傷は痛ない。』は、仲間うちでギャグになっています(笑)窮地に立たされた時ほど笑え。もう笑うしかない。なんて言いますが、一人で病のことを考えていると落ち込むことはあっても笑うことなどありません。痛みを理解し協力してくれる仲間がいてこそ笑うことも出来るのだと思います。

不安な症状になったときなどは、病院での愉快的な仲間たちとすごした時間はいつも私に元気で笑いを与えてくれます。『傷は、痛くない』のおまじないと共に。。

自分が、安心して任せることが出来る医師と出会うかどうかということはとても大切なことで、こうして出合いを作っていただいた会長にも大変感謝するところです。

今は、日々回復して行くのを実感し一喜一憂の毎日ですが、いつ再発するともわかりません。また、9年もの間苦しんだ痺れは取れるのかもわかりません。それに体質的にも筋肉が固まりやすいようです。

病気になったことは、とても辛く悲しいことだけど、病気になったからこそ知り合えた人たちを宝物に加えて、これからも自分の身体のことを理解し病気と共に笑顔で過ごしていけたらと思っています。

最後になりましたが、難病が難病でなくなる日が来ることを願っています。

<あとがき>

今回、お世話になったこちらの会は発症当時から知っていましたが、その頃はまだ後縦靭帯の方が目についていて自分の病気とは違う。。。という印象からスルーしていました。

昨年夏、遠方での手術が決まっていたのですが検査に行く前にと再度ホームページを拝見し、名前が脊柱靭帯骨化症となっていたのを機に思い切ってメールをしたのをきっかけに病院を紹介いただき手術となりました。

会長中岡様には、大変お世話になりありがとうございました。この場をお借りしてあらためてお礼申し上げます。

また、今回の手記も池田様よりお話をいただき、文筆など大の苦手ではありましたが優秀なゴーストライター(友人)にでも頼んで書いてもらおうぐらいの気持ちでお引き受けしました。が、当初の予定より一ヶ月早い締め切りにアタフタ・・・年末年始ではさすがに頼めないなあとあわくも私の目論みは消え去り自らPC前にて悪戦苦闘した次第です。

読書感想文が夏休みの宿題にあった頃、あらすじをほとんどそのまま書いていたような人間ですので、独自の文章は理解出来にくい表現や間違った表現も多々あったかと思われませんが、その辺はお許しいたきますようお願い申し上げます。

最近、本を読むことも億劫になり手紙を書くことも無く、文章を書くというより簡単なメールのやり取りぐらいで絵文字もない文章を書くことは脳の活性化に一役かってくれたのではないかなと思っています。

少なくともPCをたたく指先は、脳に刺激を与えてくれたと思います。

拙い文章にお付き合いいただきました皆様方の脳まで活性にお役にたてたかどうかは分かりませんが・・・

この寒い時期、益々痛みが増したりすることもあると思われませんが、一人で引きこもらないで何か楽しいこと外に目を向けれることがあるといいですね。

そういえば、TVで見て入院中から実行しただいたのですが、朝食前に40度くらいの白湯を大き目のマグカップでいただいています。

身体が温まり、低体温も解消。ダイエットにも効果があるとか(?)

寒い朝にほっこり気持ちいいですよ～。おためしあれ。

また、患者会等でお目にかかれることがあれば大変うれしく思います

最後まで、お付き合いいただきありがとうございました

m(_*)m