



東陽病院 鈴木 健士 内科医師

# 健康への

## メッセージ

シリーズ 96

### 健康とはかけがえのないもの

光町の皆さんこんにちは。今回は少し抽象的ですが健康ということについてお話ししたいと思います。

私が医師として健康に携わるようになって13年と少しになります。この仕事に就く前は幸い大きな病気をすることもなかったせいか、特に健康と言うことを考えることはあまりありませんでした。健康な時に忘れていたのが健康なことの有り難さと言えるのでしよう。しかし医師となり病気に苦しむ患者さんと接するようになり、否応なく健康についていろいろと考えさせられるようになりました。

人の命とは風の前のロウソクの炎のように儚く思えることがあります。外来でお会いして元気に帰られた翌日思いもしない訃報を知らされることもあります。逆に私の想像をはるかに越える力強い生命力を感じさせられることもあります。治療の手も尽きてご家族に厳しい状況をお伝えした翌日に信じられないような回復を目の当たりにしたこともあります。私の勉強と経験がたりないためにこんなにも驚いてしまうのかも知れませんが、正に生命とはワンダーゾーンだと思っています。

その不思議な生命の上にある健康とは実際に際どいバランスの上にあるように思われます。健康な人の体は一見穏やかな状態に見えますが、その中では実にダイナミックな営みがあるのです。例え

ば心臓は1分間に約5リットルの血液を送り出すポンプです。一日にすると7200リットルと、8トン弱の量をあの小型ポンプが休むことなく平均80年間働くのです。その極めて高性能な心臓も栄養を送る血管がたった1ヶ所つまっただけで心筋梗塞を起こし、最悪の場合あっという間に止まってしまふのです。人の消化管の中には無数の細菌がいて通常は仲良く共存しています。しかしその細菌も体の別の場所に進入すると突如牙をむくこともあります。全ての臓器は健康な状態を維持するため休みなく働き、その機能が狂えば健康のバランスは失われるのです。しかし神のお造りになった人体は実にうまく出来ていて何重にも制御機構を設けて巧みに定常状態をコントロールしているのです。

本当に健康とはかけがえのないものです。皆さんも是非この貴重な健康を維持するため体をいたわり、体に優しい生活習慣を身に付けて頂きたいと思っています。私事ですがお世話になりました東陽病院を来年3月で退職することとなり、このページでお話するのは今回が最後となりました。今後は別の形でこの地域の医療に貢献したいと考えておりますのでよろしくお願ひいたします。

次回からこのページは副院長として着任されました伊藤先生にバトンをお渡しします。長い間お付き合い頂き有り難うございました。

#### ※東陽病院の休日当番日

11月18日(日)・12月9日(日) 午前9時～午後5時  
医師2名が待機・来院の際は電話を ☎041335

# リサイクルブックフェア



＝町立図書館＝  
☎043311

## 雑誌・図書を差し上げます

図書館では、知的資源の有効活用、リサイクル社会への対応を目指し、このたび保存年数を過ぎた雑誌と図書館の蔵書として利用できる資料以外の寄贈本を無料で差し上げます。



日時 11月7日(水)～11日(日) 午前9時30分～  
場所 図書館1階ロビー  
配布数 制限なし(持ち帰り用の入れ物をご持参ください。)

◎なお、資料の内容に関するお問い合わせ、事前取り置きは出来ません。詳しくは、図書館に掲示されたポスターをご覧ください。

### 休館日

11月5日(月)、6日(火)、12日(月)、19日(月)、23日(金)、26日(月)、30日(金)