60歳を迎えるということは…

旭川市医師会
JA北海道厚生連　旭川厚生病院　髙　畑　　治

今年、60歳を迎えるにあたり、情報広報部の方から新年を迎えて考えることの執筆依頼を頂戴いたしました。このようなお話をいただいても、何か60歳になったら新たな目標を掲げるといった高尚なことを考えていた訳ではないため、恐縮ではありましたが、昨年自身の身体に起こった出来事を踏まえて、今後の生活について考えてみることといたしました。

昨年、新型コロナウイルス感染が北海道内で猛威をふるい、緊急事態措置が取られていた令和２年４月22日の明け方から悪寒、戦慄を自覚しました。23日の朝から出勤を見合わせておりましたが、昼頃になると38.6度までの発熱となり、これは“もしかしたら…”と不安を強く感じました。食欲はあり、嘔気もなく、とりあえずは消炎鎮痛薬で対処し、この頃、厚労省から提示されていた“37.5度の発熱が数日持続”に従い、自宅で療養と思っておりました。翌日になっても発熱が続いたため、職場上司と相談のうえ、PCR検査を恐る恐るすることとなりました。この頃から右腹部の重苦感を自覚するようになりましたが、嘔気を伴っていないことから、この頃までは新型コロナを強く疑うことといたしました。結局のところ、翌日のPCR検査結果は陰性であり、ホッとしたのもつかの間、腹痛が次第に増強することとなり、26日からは下血が出現しました。27日に消化器内科を受診し、大腸憩室炎と診断されました。体調の回復にも２週間ほどを要し、業務に支障を来さない状況になるにはゴールデンウィーク過ぎまでかかりました。まあ、今年のゴールデンウィークはコロナの影響により、観光地を回避する必要であったため、自宅待機を余儀なくされる状況には変わりはありませんでしたが。

このようなことを経験することにより、自身の体調悪化が容易に起こることと、回復力の衰えを強く感じるのが60年生きてきた結果なのかと考えるようになりました。ちなみに、60歳の平均余命は男性23.97歳ですが、日常生活に制限がない期間とされる健康寿命は72.14歳となっております。健康で、しかも自分自身の意向で人生を歩むことができる時間はあと12年だと思うと正直、少なからず寂しさを感じております。

ありきたりのことかもしれませんが、65歳（当施設での定年）までもう一踏ん張りするぞ！というよりも、無理をしない程度の日常業務をこなしていきたい！！ということに目標を置き換えていく頃なのかもしれませんね。

COVID-19パンデミック感染症雑感

北海道大学医師会
札幌北楡病院　今　村　雅　寛

COVID-19のパンデミック感染症への進展で、非常に窮屈かつ不便な日常生活を送り、同様に煩わしい身支度で日常診療を行うことになって久しいが、この状況はまだしばらく続きそうである。あるいは、この非日常性が日常となって固定化されるのかもしれない。

最近、ワクチンができ、本年中には世界的に多くの人に接種され、感染者数ならびに重症化症例数が抑制されそうだとの朗報もあるが、まだ不明瞭なことも多い。効果と副作用はもとより、現在のインフルエンザのように、毎年ワクチン接種をすることになるのか、より頻繁に接種することになるのかも懸念される。

振りかえってみると、人類の歴史は感染症との戦いであったが、その都度多くの犠牲を払いながら、何とか乗り越えてきたので、今回もそのようになると考えるが、パンデミック感染症になると、医療面のみならず、社会・経済的影響が甚大となるため、いかにして最小限の被害で食い止めることができるかは、そのときの為政者の見識と指導力に負うところが大きいと言わざるを得ない。

一方、感染症は生物が存在する限り、絶滅することはなく、次から次へと新興感染症は生み出されてくることも必定である。今回のCOVID-19パンデミック感染症での教訓を生かして、来るべき感染症への備えを疎かにすべきではないが、未知の自然界での出来事へ思いを馳せるとき、太陽の寿命があと50億年ほどであるという事実も思い出され、地球が未来永劫にわたり存続できるのかも危ういわけで、人類の存続についても考えさせられるこの頃である。