

# 元気で長生きを!

院長 中山 茂樹

初夏の暑さと梅雨の肌寒さが混じっている今日この頃です。体調管理が難しい時季ですね。

未曾有の災害が東日本を襲ってから2ヶ月が経ちましたが、まだまだ被害地の方々の基本的生活の再生は時間がかかりそうです。一日でも早く生活が確立するようにお祈り申し上げます。

福島県の、特に海岸沿いは、津波と原電の事故で、今のところ再生の見通しは立たないようです。電力はどうしても必要なものだから、無いとなると日本中の人々の生活が、いろんな物の生産などが、成り立たなくなるし、さりとて人間は原子力を自由にあやつれないようだ、今後、日本はむずかしい選択を迫られることとなります。ただ、将来に悔恨を残さない、次の世代にツケを回さないように今の大人がしっかりした考えを持って処していかなければならない時であると思います。

さて、その原発事故の最中、福島県須賀川(すかがわ)市で、整形外科医で病院の院長をしていた家内の弟(50歳)一私の7つ年下一が急逝しました。心筋梗塞だったそうです。

須賀川市のみならず、いわき市(50km以上離れている)からも患者さんを受け入れていたようで、心労、無理がたたったのでしょうか。一種の労災なのですが、このような職業の場合、何ら補償はないようですね。

彼が独身の頃から、結婚するまで、いろいろ相談にのらせてもらいましたが、結婚してからは年々一人前の医者に成長していき、最近では私よりはるかに貫禄がでてきていました。さらに今年になってからは新しい病院を建てようとしていたところで、さあ、これからと言うときの突然の逝去でしたので、家内をなぐさめようにも言葉も、なすすべもありませんでした。須賀川における通夜も葬儀にも代診の先生の都合がつかず、出席ができず、余りに不義理になるのにどうしようもなく、このときほど我が職業をうらんだことはありません。

須賀川の病院のほうはこれも医師をやっている下の弟が頑張ると言っていますが、兄を失った今、相談相手もなく一人ではこれからが大変だろうと察しています。

しかし、私も、こうして離れていると(小浜市←福島県須賀川市 直線距離で450km)、何んの力にもなあってあげられないのが、歯がゆく、悔しい限りです。

こうした不慮の出来事に遭遇したりすると、つくづく人は結局一人で生きて行かねばならないのだと言うことと、一度だけの人生、たまには無理も必要でしょうが、いよいよ、自分の人生を楽しむために、日頃より摂生して、健康で長生きが一番の幸せと思えてきます。

## 学 習

**妊娠と血糖値** 妊娠すると母胎の血液中の糖は、胎児の成長のために必須であり、積極的に胎児へ運ばれます。その結果、母体では糖が消費されにくくなり、一方でコレステロールや脂質は上昇し、糖よりもエネルギー源として消費されやすくなります。これには胎盤から分泌されるホルモンが関与することが分かっています。糖が消費されにくくなる分、母体の血糖値は上昇しやすくなります。

**糖尿病合併妊娠 と 妊娠糖尿病** 糖尿病合併妊娠とは妊娠前から糖尿病を持病として持つ人が妊娠した場合を指します。もう一方の妊娠糖尿病は妊娠という負荷によって一次的に糖尿病の状態になる場合を指します。よって妊娠糖尿病では、その多くが分娩後に正常レベルまで改善します。しかし、妊娠糖尿病になると、将来的に本当の糖尿病になりやすくなること、また、生まれた子供が将来生活習慣病にかかりやすくなることが分かっています。定期的なフォローが必要になります。

… … … … … … … … …

【お 知 ら せ】1) 当院、ミニギャラリーでは現在、下仲直美さん(小浜市千種)の押し花です。押し花の素晴らしい技法をご鑑賞下さい。2) 当院の食堂で入院患者さんに出すお米は地元の“橋本ファーム”製です。山間の小さな田んぼで育て、玄米を低温貯蔵、注文に応じて自家精米し、真空パックで届けられています。うまさの違いが分ります。

… … … … … … … … …

## 訃 報

院長の文にもありますように、先月、4月21日、真里子Drの弟さん(福島県須賀川市 医療法人三愛会池田温泉病院、池田記念病院、養老ホームなど三施設の理事長・医師)池田隆史(たかふみ)氏がお亡くなりになりました。享年50歳。

この度の東日本大地震により池田記念病院がかなりの被害を被ったためのあと始末や新規の病院建設の準備などによる、過労や心労が重なったのではないと思われる心筋梗塞によるものでした。

これからが働き盛りという時でした。衷心よりお悔やみ申し上げ、ご冥福をお祈りします。