

[沖縄通信①]

大学時代に柔道で痛めた左膝の前十字靭帯を24年前に再建した。まだ若い頃はよかった。空手道、古武道、居合道と続けてやり、かなり膝を酷使してきた。そのつけが還暦を過ぎ、とうとう出てきた。

膝を完全に曲げることはできなくなったものの、それまでは多少走ったりしても膝が腫れるということにはなかった。それが今年の4月にちょっと負荷をかけて屈曲させたのがよくなかったのか、翌日から水がたまってぱんぱんに腫れてしまった。新学期早々であったが、整形外科で水を抜いてもらうために仕事を休んだ。10日くらいで腫れはひき歩けるようになったが、それがその後10日くらいしたら、また腫れてきた。この時はたまたま内地から知人が遊びに来ていた。あちこち連れて一緒に楽しもうといろいろと計画していたのであったが、残念ながらできずじまいだった。

その後もどういう訳か、毎月1回は腫れてきた。関節の中に水がたまるのであるが、中で出血もしている。特に膝を強く捻ったということにはなかったのにである。

MRIを撮ってもらい診てもらったが、かなり変形が進んでいる。出血の原因も特定できないという。このままいつ腫れるか分からない状態ではどうしようもないので、内視鏡を入れてもらって、悪いところがあったらその場で取り除いてもらうようお願いした。

●9月12日(水)

午後、沖縄市にある「中部徳洲会病院」に入院した。左膝はこれが5度目の手術である。ちなみに右膝は去年9月に前十字靭帯再建術をしている。膝の手術はこれが最後にしたいな。

●9月13日(木)

手術開始時間は13:30。昨日の夕飯後からは飲まず食わず。午前中から点滴を開始した。

今回は腰椎麻酔。腰椎の硬膜下に麻酔液3.2mlを注入、30分後には完全に麻痺した。内視鏡を関節腔内に挿入し、モニターを見ながら悪いところを切除していく。腰椎麻酔で意識があるので、こちらにも見せてもらう。かなり痛んでいるのがこちらにも分かる。どこまで切除したらいいか難しいところだが、2時間ほどで終了した。

病室に戻り麻酔が切れるまで4~5時間は痛みを感じなかったが、切れ始めるに従って痛みが出てきた。最初は飲み薬、効かないので筋注、それでも効かないので坐薬を使い、やっと効いてきた。どここの痛みが一番痛い、ということをよく聞かすが、どこの痛みでも痛い。その後、うとうとしながら朝を迎えた。

●9月14日(金)

HCU(high cure unit)から個室に移動となった。個室は気兼ねをしなくていい。大部屋はいろいろな人が入ってくる。いびき、歯ぎしりはまだいいのだが、常識のない人が多いのに驚かされる。昔は年寄りはそのなりの経験をつんでいるのだから敬わなければいけないと言われていたが、今は全く違う。勝手に我が儘な年寄りが多すぎる。いつの頃からこんな風になってしまったのだろうか？

今後高齢者社会に向かっている日本にとって、この現実はどうであろうか？「謙譲の美德」が失われようとしている。権利だけを主張している。若者にはこういったものを、受け継いでもらいたくない。

少なくとも自分はそうなりたくない、あらためて感じている。

内視鏡下のオペで侵襲が少ないせいか、杖を使えば何とか歩ける。24年前の再建術の時は手術の内容は異なるが、術後石膏のギプスでガチガチに固定し1ヶ月間はそのまま。その後リハビリを始めた記憶がある。医学の進歩はもちろんであるが、今はリハビリは術後なるべく早期に開始するといったように、治癒させる考え方にもかなりの違いがある。

●9月16日(日)

大型の台風16号が沖縄本島に接近している。ついこの間15号が本島を襲ったばかりである。今回のはそれよりも大きい。中部付近を横断するという。我がオレンジハウスは大丈夫であろうか？今朝満潮時と重なるという。我が家の前には海から川が流れ込んでいるので、溢れないか心配である。ここに入院している以上、どうしようもない。ここに避難してきたと思えばいいか！

●9月17日(月)

台風は去って九州の方が大変みたいである。ただニュースによると私が住んでいる宜野座村の北にある東村でかなりの被害が出た模様である。明日退院してどうなっているか？

術後膝の痛みは手術当日だけであったが、今回は麻酔の影響か、頭痛がひどい。鎮痛剤を服用して何とか治まっていたが、今日は痛みは出ていない。このままいけばいいのだが。

●9月18日(火)

午前中無事に退院の運びとなった。

「徳洲会病院」ここは九州以南の離島を中心に展開している巨大総合病院である。他は分からないがここ「中部徳洲会病院」に入院して感じたことを記してみよう。

・医師を含め、職員の対応はいい。

・病室の汚れが気になる。

患者目線で見ると、床の汚れ、壁の汚れ、部屋の隅の汚れ
掃除する人が簡単に終わってしまう

・大部屋の消灯時間その他

個室なら問題ないのだが、大部屋の場合は他の人に迷惑にならないよう
注意すべし

・夜中のナースステーション

ナース同士の話し声、笑い声が夜中にかなり響いた

・術後は晴れが必ず出てくるものだから、患部を冷やす手立てを考えて欲しい

・食事の時間

8:00、12:00、18:00の3回の食事、これはかなりきつかった。残せばいいのだが、昔気質なので、出されたものは残してはいけないと教育されている。動けないので代謝が落ちている。確かに量はすくないものの、毎回毎回そんなに食えるものではない。病院としても計算して出しているのであろうが、もう少し何とかならないものだろうか？

退院すると体重が増えているのは確実である。

退院して午後1時にオレンジハウスに戻った。やはり我が家がいい。心配したほど台風の影響は大したことなく、安心した。

入院してみると、つくづく健康のありがたさを感じる。健康で毎日楽しく過ごせれば、こんなに幸せなことはない。

日本人の寿命は女性が86歳で世界一、男性も世界一であったのが今回二位に転落したが、それでも80歳。しかしいくら長生きしても健康で長生きでなければ意味がない。

還暦を過ぎてあと何年健康で生きられるか？まだまだ目標がある。それらに向かって一直線にいきたい。

楽しく生きて、ポックリ死ぬ。これが今後の目標である。