



内科・胃腸科・呼吸器科・放射線科

# ゆとりが丘クリニック 便り

〒020-0638 岩手県滝沢市土沢541番地

TEL 019-699-1122 / FAX 019-699-1121

平成28年10月25日(2016) 第0041号



## 『ありがとう』

院長メモ

70歳男性。病院側より癌のターミナル期と紹介されたあたりから、違和感のある家族関係でした。

聞けば、かなりの亭主関白で家族を顧みることもなく、退職後も身勝手な生活を貫き通した方のような感じでした。いかにも冷え切った夫婦関係、親子関係のように感じながら数ヶ月を過ごしました。

ある日の早朝、突然のコールあり。いよいよ最後の仕事になるかな、と思いながらまだ暗い道を患家へ向かいました。

「血圧が下がっています。朝までもたないかもしれません。」

「ああ、そうですか。」と少し他人事のように話しながら「覚悟は出ています。」

「本当にわがままな人で…。娘たちにも優しくない人でした。」と奥様。

しばらくして呼吸が止まり、一連の死亡確認作業を行なった後、御臨終の旨、御家族に伝えました。

奥様は、いつものようにそっけなく「ありがとうございました。」と私に礼をのべ、私は御家族に断りを入れて、茶の間で死亡診断書を書き始めました。

しばらくして、私の背後から突然叫ぶような慟哭が耳に入りました。驚いて振り向くと、ベッドに横たわった御主人の御遺体に取りすがって、大きく体を震わせる奥様の脇に、立ちつくす娘さん達の姿がありました。御主人の浴衣の胸ぐらを掴み、ゆすりながらの激しい悲しみでした。

「私は19で沢内から出てきて50年間、あんたと居て楽しいことなんて、ただの一つもなかった。あんたは身勝手なことばかり、私は毎日毎日泣いて暮らしていた。子供が出来たって何も変わらなかった。早く別れて沢内に帰りたいとばかり思い続けていた。でも、でも…。今あんたが死んでみてわかる。あんたと一緒になってよかった。今まで幸せだった。ありがとう…。ありがとう…」

あの患者さんと奥様の中に何があって、何が大きく変わったのかは、私には今も分かりません。ただ、“死”という誰にも訪れる出来事が、夫婦そして家族に何かを残していったことは確かなようです。



# 11月休診日・診療時間のお知らせ

(日曜・水曜・祭日は休診日です) 平成28年11月

- ★ 11月12日(土) 午後休診  
放射線学会出席の為
- ★ 11月15日(火) 午後受付17:00まで  
八角医院祝賀会  
出席の為

※ 都合により変更になる場合がございます。  
ご了承願います。

日	月	火	水	木	金	土
		1	②	③	4	5
⑥	7	8	9 午前検査外来	10	11	12
⑬	14	15 ★	⑯	17	18	19
⑳	21	22	㉓	24	25	26
㉗	28	29	㉟	○=休診日 ★=診療時間変更		

## 乾燥肌とその対策 ~年齢や季節も影響します~

### 秋から増える乾燥肌

秋が深まってくると、湿度が低下し空気も乾燥してきます。気温も下がり寒さも厳しくなるため、室内の暖房を使用することが増え、外気のみならず室内も乾燥してきます。この季節は、腰や膝から下の肌がカサカサして潤いがなくなってくるのを感じる方も多いと思います。



### 年齢とともに乾燥肌になりやすい?

皮膚の表面にある角質層の水分が減少すると肌が乾燥します。角質層の水分は、汗の水分が蓄えられたものですが、寒くなると汗をかかなくなるので水分の供給が減少します。

また、角質層の表面には毛穴から出てくる油分(皮脂)と水分が混ざってできる皮脂膜があり、水分の蒸発を防いでいます。角質層の細胞にはアミノ酸などの天然保湿因子があり、細胞間にあるセラミドなどの脂質も水分を蓄える役割をしています。水分保持に役立つアミノ酸やセラミドは、年齢を重ねると徐々に減少してきます。



高齢者の乾燥肌 (老人性乾皮症)

そのため秋から冬の季節に、特に年齢を重ねた多くの方が肌の乾燥を自覚しやすくなります。

### 乾燥を防ぐ保湿対策



肌が乾燥するとかゆくなり、引っかけると湿疹になることがありますので、早めの保湿ケアが必要です。できれば朝晩とも保湿クリームを、乾燥しているところだけでなく広めにぬりましょう。

生活上の注意点として、温度の高い湯船に長くつかり過ぎないようにし、石けんでゴシゴシ洗い過ぎるのも肌を傷つけるので避けましょう。室内を暖房し過ぎないように気を付け、加湿器なども一緒に使いましょう。

医療機関で処方できる保湿剤もありますので、気になる肌の乾燥やかゆみがある時は、かかりつけの皮膚科で相談してください。

指導:東京女子医科大学皮膚科学教室 教授 川島 眞  
(日本医師会「日医ニュース:健康ぶらざ No.469」より抜粋)

このマガジンは当クリニックホームページ(クリニック便り)でもご覧になれます。

ゆとりが丘クリニック

検索