

震災ストレスで心不全

左胸が刺しこむようにきゅんと痛む。もしや、恋煩い？ なら喜ばしいが、原因は美少年ではなく狼少年。やめるといつては延命し、イタチの最後っ屁よろしく無責任発言を放つ。挙句、「帰れ！」の野次をよそに「なでしこ」観戦。こゝま



新・養生訓

文・東嶋和子

でくると退陣表明もそらぞらしいだけ。三月十一日の天災を一次被害とするなら、被災地の復旧を停滞させ、風評被害を広げた二次被害、原子力発電所の再稼働を遅らせ、過度の節電で熱中症を増やした三次被害、いずれも人災である。狼少年のうつろな眼を見るたび、「ああ」

と心の臓が波打つのも無理はない。

実際、仙台市の東北大学病院では、震災後の一カ月間に心不全患者が震災前の三倍を超え、いまも増加傾向にある。下川宏明教授によると、三月十一日からの三カ月間で循環器内科に緊急入院した患者は八十六人。心不全六十八人（七



九%）、急性冠症候群十一人（二三%）、肺塞栓四人（五%）、不整脈三人（三%）と、心不全が圧倒的に多い。被災地の他の病院も同様で、「過去の被災で報告されていない際立った特徴。人類が経験していない災害時の病気の発生といえる」と下川教授。この傾向

は七、八月も変わらず、「当初は寒さが、現在は酷暑が問題」という。

震災直後は、へどろまじりの海水を飲んだ誤嚥性肺炎からの心不全が多かったが、現在は塩分過多やストレスによる心不全が目立つ。仮設住宅に移っても偏食や運動不足は改善されず、常にストレスで緊張した状態が続いているという。

「塩分過多や慢性ストレスによる血圧の上昇と血液凝固の亢進、不整脈、それに運動不足による血栓症などが総合的に関与して心筋梗塞や心不全が増えると考えられます。避難所や仮設住宅でも集団で体操したり合唱したり、散歩したり、笑ったりと、意識してリラックスして」と下川教授は訴える。

どこぞの政治家に倣い、憂いなどどこ吹く風と知らぬ顔をするべきなのだ。貝原益軒翁はいう。「気は一身体の内にあまねく行わたるべし。むねの中一所にあつむべからず。いかり、かなしみ、うれひ、思ひあれば、胸中一所に気とどこほりてあつまる。七情の過て滞るは病の生ずる基なり」と。