

あもたふん

発行 医療法人社団 松山会
 横浜市保土ヶ谷区新井町291-1
 ☎ 045-374-2003
 平成23年6月1日



歩き回りの記 3

—トイレ考—

施設長 岡本 堯

「また、おモラシしたのね」

女性の声に、坊やがべそをかいている。当事者はともかく、ほほえましい情景である。女性の前に立っているのが老齢の男性であれば、それは人生の夕景ということになるのか。

昔、外科医をしていた頃、膀胱を直視下に見るのは日常茶飯事であった。病勢の進行によっては、膀胱の壁の一部を切り取らざるを得ないこともあった。そんな時感じたことは、膀胱とは何と壁の厚い臓器だろうということである。年齢や個人差もあるが、二〇〇〜四〇〇ccの尿を一気に勢いよく排出しなければならぬ。オシッコにダラダラと時間をかけているのは、危険がイッパイの野生の時代を人類は生き抜けなかった。厚い筋肉層による強い収縮力は神様の贈り物である。

ところが、この強力な収縮力が老いた者の悩み多き日夜をつくり出すことになる。男である私の場合、原因は前立腺肥大と過活動膀胱である。今のところ、薬を使わず、意志と歩き方の工夫で小さい便りの変調に立ち向かっている。休日の楽しめるべき歩き回りも、加齢によって間隔の短くなった尿意に対して、それなりに対策を練っておかねば、逆に苦痛の時間となるからである。歩き回り領域にあるトイレの場所を一度頭の中におさらいしておくのが習慣になっている。

休日に、人出の街中に繰り出す人々にとっても、オシッコの問題は男女を問わず、切実な事柄であろう。我慢が過ぎれば、腎盂炎や膀胱炎の原因にさえなりうるのだ。熟年の男女はいささかでも下腹部に貯留感があったら、早めに済ませるのが安全である。加えてトイレの位置情報など、小さい便りへの対応に細心の注意を払っておくことが望ましい。過活動膀胱気味の熟年がトイレ情報のない不慣れた土地で尿意を催すと、トイレはどこだという不安感によって排尿への切迫感が心理的にも加速される。その結果、待て、シバシ、が効かなくなり、やもタテもたまらない、の状態になる。これは一大事である。電信柱に片脚を挙げるワンちゃんを見て羨望を覚えるようになることは避けたい。事前のトイレの位置情報は街中の歩き回りの必須条件と言って良い。次から次へと波状に襲ってくる尿意をなだめるために、あそこまでたどり着きさえすればトイレがあるという気分は、「やもタテも」状態からいっとき解放してくれる。そして、待て、シバシ、と自分に言い聞かせる余裕が生まれる。私の場合は、普段の歩き回りの領域のトイレの位置がインプットされている。その安心感で次のトイレまで、

やもタテも状態を堪え忍ぶことが出来る。

街中を歩くときのトイレ情報は、単に位置だけではなく、清潔度なども大切な要素である。我が国のトイレは公衆用のものでさえ、ウオッシュレットタイプのもが増えてきた。みなとみらい地区などでは、トイレの数も休日の人出に対応して十分な数が用意されているが、その分布には商業的思惑もあるらしい。簡単には見つからないようになっていくところが結構ある。その結果、休日には、女性用は列が通り道までのみ出すことになる。普段からトイレ情報を歩き回りの重要事項にしている者にとって、お嬢さん、奥の方にキレイで空いているトイレがありますよと、教えたくなくなる時もないではないが、余計なお世話と睨まれかねない。歩き回り地域のトイレ情報を、ホームページを作って、写真つきで、インターネット上に公開しようと考えたことがある。が、まだ手をつけていない。カメラを手にトイレの回りをうろろろするのは、間違いないお巡りさんの事情聴取の対象になるだろう。

我慢を重ねて、満タンになった膀胱をカラにする作業は爽快である。ただ、排尿の開閉スイッチは、意識による制御を超えることがある。子供の頃、休み時間ぎりぎりまで遊びまくって、始業のベルに慌ててトイレに駆け込むが、引っ張り出すのが間に合わず、ズボンの前を濡らしてしまったことがある。高齢者にも似たところがある。満タンになった膀胱を抱え、襲ってくる尿意の波に耐え、探していたトイレが近づき、やれ嬉しやと思った時が危ない。必死に耐えていた内外の尿道括約筋の緊張も一緒に解けてしまい、間に合わないという仕儀になりかねない。

老いての突然のお漏らしは、戸惑いといささかの悲哀と覚悟を伴って、黄昏に染まるわが身を意識させる出来ごとかもしれない。私自身にとっても初体験はそんなに遠くないという予感がある。とは言え、たかがしもじものことである。

私たちは超高齢社会を生かされ、生き抜かねばならない。有効な医薬もある。工夫を凝らした介護用品もある。お漏らしなどはそちらに任せよう。そして、時がくるまで残日の輝きを曇らせることなく、日々を過ごすのではないか。楽しく、せめて、楽しげに。



つるかめだより



【クッキング】

ホットプレートを利用して、
桜餅作りに挑戦しました☆



美味しいよ♪

ボランティア 【レクリエーション】 フラワーアレンジメント



【喫茶】

毎月、喫茶店を
営業しています。
ご家族様もご一緒
にいかがですか。



【ズーラシア】

天気も良く、たくさんの
動物に会えました。



フロアでは、ご利用者様が
一生懸命塗り絵などをされています。

