2021 年 1 月号
No. 198

令和 3 年 1 月 21 日
関東中央病院　けやき会

けやき会通信

父の思い出と糖尿病

駒宮　節子

皆様、明けましておめでとうございます。

コロナウィルス（COVID-19）で明け暮れた霧が晴れる年になると良いなと思っています。

昔、私自身、どこの看護学校に進もうかと迷っていた頃です。母は、あまり料理が得意では有りませんでした。良くしたもので台所に母の姿が無い時は、父が煮物、ぜんざい、おこげご飯を作ってくれたものでした。かまどの底にくっついているおこげに紫蘇、かつお節、梅肉を入れ、醤油を鍋肌から入れ、香ばしくしてからおにぎりを握るのです。

ぜんざいは、粒々感もしっかりあって、まったりと甘いのです。紅白餅も入れるとお店の味でした。父と私だけがこういう料理にテンションが上がり、沢山食べていました。

そんな父が 70 歳を目前に交通事故に会い大腿骨頚部骨折を起こし、その時初めて主治医から、HbA1C が 8.7 有り、立派な糖尿病ですと診断されました。入院中は、リハビリテーションに励み、歩行もステッキを使用して何とか自宅に戻れました。食事、内服薬、運動までも母が管理する様になりました。しかし、父の生き甲斐が読書だけとなり、一日書斎に閉じこもる毎日となりました。散歩も腰がきつくなり、同時に筋力、体力も衰えて遂に心筋梗塞を発症してしまいました。

私の糖尿病が見つかったきっかけは、12 年前の職場の健康診断でした。仕事中に専門医に掛るのは、非常に難しく自宅近くのクリニックを受診しました。受診毎に採血し、内服治療薬を貰いましたが、低血糖を起こし冷感や倒れるような身体の不快感を度々、味わっていました。その間 HbA1C は、どんどん上昇してそれに伴い、不安な思いが、ますます強くなっていきました。2 軒も病院を変わりました。

左肩蜂窩織炎で膿が溜まり、関東中央病院の整形外科に入院しました。入院中に管理栄養士や糖尿病専門医による指導を受けました。その経緯から、是非、専門医の先生に診て戴きたいと強く思いました。その一念でクリニックからの情報提供書を戴き、関東中央病院の代謝内分泌内科（当時）部長の水野先生に受診出来ました。お陰様で HbA1C は、現在 6.6 で安定しています。

欅会には 2 年前に入会し、参加する度に自身の生活を振り返る機会を貰っています。

コロナ禍で糖尿病という基礎疾患への悩みを共有しながら、欅会の「さかえ発送」の手伝いも楽しいので毎回参加しています。（註　発送は、奇数月の第一木曜日に行っています。）糖尿病教室では、日進月歩の糖尿病治療をわかり易く解説して戴き、非常に勉強になっています。

現在、雨が降らない限り徒歩で 8000 歩を目標に心がけて　時節柄、人込みを避けて車が余り通らない道を選んで散歩しています。更に毎日の生活を前向きに考えられる事も多くなり、日々平穏に過ごしております。

2021 年（令和 3 年）が、明るい希望の年となるように祈願しております。