

あとがき

1965年に、病院で出産する数と自宅で出産する数がほぼ同じになった。その後、ほとんどが病院で出産するようになっていく。今から50年前の話である。女性は、お産は棺桶に片足を突っ込んでするものと覚悟をもって臨んだ。今のようにほとんどの赤ちゃんが無事に産まれてくる時代ではなかった。人には寿命があり、無事に生まれなかったのは運命なのだと諦めた。現代は、病院に行けば安全に出産ができると思ひこんでいる節がある。しかし、自然に出産ができる現代の女性は、減少しているとする報告がある。生活が便利になって、身体を動かす機会が減り、スーパーには栄養価の低い食品が並び、ストレスと睡眠不足で、体力がなくなっている。これでは、自然な出産ができないのも納得がいく。さらに、出産後にも支障をきたしている。

一方、死ぬことも病院の中で行われることになってしまっている。昔は、自宅で、おじいちゃん、おばあちゃんは少しずつ衰弱していった。だんだん食べられなくなり、いわゆる骨と皮になっていった。しかし、病院では、高齢になっても手術が勧められる。延命措置が行われ、食べられなくなったら、血管から高カロリーの点滴が入れられる。自分で身動きができなくなり、決められた時間毎に看護者による体位交換が行われる。体位交換のために身体の下に入れられた手の形がくっきりと残る。骨と皮どころではない。

生まれてくるのも死んで行くのも、病院の中でいいのだろうか。以前は、身近に生と死があって、先に生まれたものの死に様をみた。それを見て、後に生まれたものは学習をし、「養生」をしなければと思ったに違いない。現代では、健康のためにとセルフケアの灸を希望した患者に、お灸の説明しても、こちらの説明力不足なのか、それとも忙しいからか、自ら希望したにも関わらず、なかなか灸継続して行く患者は少ない。

1年前に本号に掲載した講師の先生の話を知り、さらに、今回、編集の際に、再度講演の内容を拝読させていただいた。編集しながら思ったことは、世界や政治、大きなことまでは思いは及ばないが、せめて「自分の身体は自分で守ろう」と思うことが養生の第一歩ではないかと思った。病院嫌いな私は病院に行きたくないのに、病気になったらどうするのかその時でないと答えがでない。しかし、自然(寿命)に任せて人生を全うし、死を受け入れていく覚悟をしたいと思った。死に方は生き方だと言われる。自分らしいと思える最後にしたいと思う。

(前田 尚子)