

## 家にいる夫がストレス

（気共鳴画像装置）では異常がない。

ワッシーは、自分のことをワシ、ワシと呼ぶ、ただの町医者である。十数年前、本紙に「診療よもやま話」を連載していた。医者になって5年もうすぐ後期高齢者の仲間入りだ。そんな爺さまが、「生涯現役だ」などと嘯（うそ）いている。さて、そのワケとは？

63歳のM子さん。頭痛がする。めまいがする、吐き気までするという。付き添いのご主人が、「脳腫瘍でも？」と深刻そつだ。が、MRI（磁

## 妻の悩み

どうやらストレスが原因で、首や肩の筋肉が異常に緊張し、頭痛やめまいを起こしたようだ。ストレスのものは、皮肉にも、Mさんの優しいご主人である。65歳で退職し、ずっと家にいる。家事の手伝いもしてくれ有難い。だが、四六時中家に居られては、妻としては色々と面倒が増える。それまでの自由な時間がなくなったことがつらい。そんなわがままな自分を責めたりもする。Mさん



んのストレスは溜まるいっぽうだ。

この頃は、団塊の世代がリタイアしたせいとか、Mさんと似たような原因で不調を訴える奥さんたちが増えた。ストレスが続けば、頭痛やめまいでは収まらない。脳卒中やガンまで、ストレスが原因だという。それで、「亭主は元気で留守が良い」と周知してきたというわけか、ゴルフの練習場も図書館も爺さんたちで

## 自由時間減り「つらい」

いっばいらしい。

ワッシーは多趣味のほうだ。仕事を辞めても大丈夫だろうと思っていた。だが、趣味なんて仕事の合間にするから面白い。ゴルフだって乗馬だって、体力が落ち、上手にできなくなれば続けられないだろう。となれば、あとの毎日は、テレビの前でアルコール漬けだ。おー、コワ。ならば、仕事のほうが楽だ、と気付いた。そつだ。ワッシーのようならしのない人間には、仕事という足かせが必要なのである。

（石黒修三 しいしぐるクリニック理事長、金沢市）