

入浴事故

寒い日が続く。「コロナ、コロナで、赤提灯も長のご無沙汰だ。せめて我が家で、熱燗で晩酌。熱い風呂に入ってストレスを解消したい。が、それさえ叶わぬ事なのか。

68歳のSさん。軽い脳梗塞と高血圧で入院中の患者さん。開口一番、「いやー、昨日は死ぬかと思った」とは穏やかではない。ほろ酔い気分で、つい長湯をしてしまったのだろうか。いざ、浴槽から出ようとするが、体が言うことを聞かない。腕も、足腰も力が入らないのだ。意識ははっきりしている。なんとか浴槽から這い出て、そのまま倒れ込んでいたという。

そりゃあアブナイ。入浴関連の死亡というのは、交通事故死の4倍くらいあると言われている。もし、Sさんが浴槽から出られなかったら、そのうち意識も遠のいて溺死ということになる。

さて、Sさんが経験した入浴中の「脱力」はなぜ起きたのか？寒い脱衣室から熱いお湯の中という温度変化は、血圧の乱高下をもたらす。いわゆる「バートシヨック」だ。

さらに、食後すぐはいじりやアルコールの影響、降圧剤服用などといった悪い条件が合わさっている。血圧が低下し、動脈硬化のある脳は比較的乏血状態になったのだろう。

その上、熱い風呂に長く入っていることで、「熱中症」と同じような状態になることもあるのだ。42度のお湯に10分つかれば36度の体温が38度になるらしい。お湯の中で、体は放熱できずに熱だけ吸収してしまい、体温は上昇し続ける。体はゆである。

それで、湯温は41度で10分以内の入浴。「カラスの行水」を勧める学者さんもある。が、そんな無粋なこと、よく言えたものだ。でも、おのおの方。少しは潤いのある生活をするにも、それなりの注意と覚悟も必要だということ。ガッテンしてくれるかな。

(石黒修三「いじりやアルコール・脳神経

外科専門医…2/8 北國新聞掲載)