

20代女性 躁うつ病 平成6年に書かれたもの

病気を通じて

平成6年という新しい年を元気に迎えさせていただいて長きにわたる私の病気(躁うつ病)を振り返らせていただきます。

昭和55年、私は念願かなって自分の希望校に入学することができました。

ところが、入学してから1ヶ月過ぎた頃から、少し変な行動をとるようになりました。

夜は元気なのです。鞆の中に明日の準備したものをに入れて眠るのですが、朝になるとどうしても学校に行けないのです。

そんな日が続いて、両親も心配して、私にいろいろ励ますのですがだめでした。

高校の先生も何回か家まで足を運んでくださいました。友達も学校の帰りに家に寄ってくれました。しかし、私はどうしても、人に会うことができず自分の部屋に閉じこもりきりとなりました。春から夏、そして秋になってやっと、すこしずつ学校へ行く気持ちになって、学校へ行くようになりました。

高校2年生の時は、前のことが何もなかったように元気に通学することができ修学旅行にも友達と楽しく参加することができました。

ところが、3年制になって5月頃から朝、起きると背中いっぱい寝汗がぐっしょり出るという体調のくずれではじめて6月に入ってからひどくなり食べ物を食べることさえできず水一滴も飲もうとしません。体は脱水状態です。そして、とうとう立つことも歩くこともできないようになり両腕を父と叔父に抱きかかえてもらい病院に連れて行ってもらいました。最初は内科の病院で点滴などの治療を受けていましたが、家族、医者のお話し合いで、精神科の病院に移されました。

その世界は、まるで刑務所のようなものでした。嚴重にかかったドアの鍵・鉄格子の窓。あるのは便器とねずみ色の布団(囚人服の色と同じに見えました。)直接、家族とも会えず、面会はビデオで私の様子を映して見せられるだけです。私はすべてを失ったと思い、大きな絶望感を味わいました。そんな私の様子を毎日、仕事を終えた父は見に来てくれていたそうです。そして、その間は自分の好きなお酒を絶っていたそうです。毎日、点滴ばかりをうってもらっていた私をはじめ、バナナを一口、食べたという看護婦さんからの電話を聞き、母は大変喜んだそうです。

保護室から、大部屋(他の患者さんと一緒)に移されました。ある日、家から電話があり、受話器を取ると、8つ年下の弟が「ぼくね、花火を買った。でもね、聖子姉ちゃんが帰ってくるまであげないでとっとく。聖子姉ちゃんといっしょに花火を上げる。」その言葉を聞いて嬉しくて嬉しくて涙が止まらなかったのを、今でも印象深く覚えています。両親、家族のありがたさ、あたたかさを知り、こんな尊いものだったというのをはじめて知りました。一生懸命していただいた治療、看護のおかげで7月の中旬に退院ができました。退院した日、家では祖父母、父母、妹達、弟、叔父さん、伯母さんが暖かく迎えてくれました。

私は学校に戻らなければなりません。

ものすごい勇気が必要です。学校に行く朝、どうしても一步を踏み出せない私に母が「生まれ変わったと思って行ってきなさい。」その言葉で勇気づけられ、その一步を踏み出すことができました。3年生の2学期も終わりです。進路決定をしなければなりません。私は無理でもともとと、大学進学を選びました。保母の資格をとるためです。昭和58年春、お陰様で高校を卒業することができ、同じ春、短期大学に入学させていただきました。短期大学の2年間は、恩師、友達にも恵まれ一生忘れることのできない素晴らしい時代となりました。昭和60年に地元の幼稚園に就職しました。その頃、家では二つ下の妹の落ち込みがひどくなり発病したのです。笑顔の多かった妹が全く喜怒哀楽を失って別人のようになりました。私もその頃から眠れない日々が続き、気分がどんどん上がりはじめ、もう躁状態です。就職して1年たってやれやれと思っていた矢先でした。その時、幸いにも知人の方から国立肥前療養所を紹介していただいたのです。1ヶ月違いで入院した妹と私です。ここで生涯の大きな出逢いが生まれました。優しいたくさんの方々のスタッフがいらっしゃいます。今日まで助けて下さった方々です。

入院して思いました。ある日、雨の中に咲いていただいだい色のツツジの花がとても鮮やかに見えました。そして所内の花、草木すべてがとても美しく思えました。私は何故こういう大切なことに気づかなかっただろうと思いました。私は最初の入院の時からとにかく焦りました。主治医の先生には退院のことばかり毎日言っていました。「早く仕事をしなくちゃいけない」そのことばかりです。そして自分は病気じゃないー自分の病気を認めたくない、そんな心が大きく私の中にあっただのです。1年後、また再発です。原井先生にお世話になったのがこの時からです。

相変わらず気持は焦ります。病気などしないで仕事、結婚をしていく友達がとても羨ましく思えました。「どうして自分だけ」そんな心でいっぱいになるときもありました。躁病が良くなったかなと思えば今度はうつ病です。人と会うこと、話すこと、電話にもできません。自分の部屋に閉じこもりです。昭和63年春、また躁病の再発です。そして、平成3年に5回目の躁病の再発で入院しています。

これでもか、これでもかと病気が私に訴えているようでした。先生も真剣であられました。早く私にあった薬をと考えらっしゃるようでした。ずっと通院をしている私に日記療法を指示され、今、6冊目になる日記を毎日つけさしてもらっています。妹もお陰様で平成5年3月に結婚し、一児の母親となっております。

今、私が思うことは、病気そのものを治すことはできないということです。でも、少しずつ自分の状態を良い方向に持っていき、それこそ病気と仲良くつき合っていく(つき合わせてもらう)という気持。病気を持ちながら自分の人生は自分で切り開いていく、そして病気したことが結果的に良かったと、そう思えるように日々を一生懸命、前向きに生きていきたいと思っています。

最後に私は今までたくさんの人の支え、助け、励ましにより今日まで来られました。皆様、

本当にありがとうございました。

健康のありがたさを身にしみて教えていただきました。

この世に健康と平和が一日も早く訪れますようにお祈りいたします。