

## ドクターNAKAMURAの 健康道場



### Vol.58 依存性は アヘンと一緒

「あなた、どうしたの？」

全身ずぶ濡れになり大根を抱え、子供のように玄関に立ち尽くしている古川に優子が心配そうに尋ねた。

「今朝、健康道場に行ってみるって言ってたけど行かなかったの？」

「……………」

「気難しい顔をしちゃって。」

大根を受け取りながら、古川の顔を覗き込む。「早く着替えないと風邪ひいちゃうわよ。」

「シャワーでも浴びたら。」

古川の背中に向かって声をかける。

「今日な、健康道場の無想空間で和尚と座禅を組んだんだ。そして、自分と対話した。タバコが有害と分かって、何でまた始めちゃったのって。自分の中にいろんな自分がいて、責める自分と、逃げる自分。情けないと思う自分もいる。開き直す自分。それぞれの自分がいて、それすべてが自分自身であり、」

「喝」間髪を入れず警策が肩に食い込む。「それで良いのじゃ。それで。」

「……………」

「ただ、他人様に迷惑をかけてはいかん。副流煙しかり、喫煙後の呼気中有害物質、衣服に吸着した有害物質しかり。これらが他人様の健康を害していることを理解する必要がある。そして、タバコはアヘンと一緒にじゃ。もちろん麻薬性はないが、依存性は同じことじゃ。」

「俺は和尚に連れられ清朝末期のアヘン窟を訪ねた。そこにはおぞましい光景があった。ベッドに横たわり長い竹の筒を銜え、恍惚の眼差しで遠くを見つめている人々。」

「依存とはこういう事を言う。彼らは止めたくても止められぬ。蟻地獄のようなものじゃ。」

「……………」

「世界最低レベルと言われる日本の政策も悪いが、それに甘える主も悪い。自分で断つことが困難であれば、禁煙外来を訪ねることじゃ。」

「俺な、思ったんだけど、自分の弱さを抱えて、明日禁煙外来に行くわ。そして、ドックで今の健康状態を確認しておくことにしようと思う。今までの自分と決別するために。」

そよかぜ 循環器内科・糖尿病内科  
(県立中央病院 前)

院長 中村 陽一