２０２３年１１月１０日（金）

老球の細道７６０号

実録「仁義なき腰痛との戦い」PART５

会津バスケットボール協会　　室　井　冨　仁

ラグビーワールドカップの試合じゃないけれど、忘れた頃に試合が再開し、いつまで続くのだろうと熱が冷めた頃に大会が終了していた。このシリーズも忘れた頃に突然登場する。いつ終わるのだろうと飽きてしまっている人たちもいると思うが、もうしばらく付き合っていただきたい。同じような病気で入院するようになった人たちに、少しでも役に立てれば幸いである。この話はノンフィクションだから。

手術後３日目。昨夜点滴が取れて、身体に付いている管は残り１つになった。この管が最重要管で腰の出血を体外に流すものである。これさえ外せればトイレには一人で行けるようになる。朝の回診で若い医師からその管が明日外されることを告げられた。ラッキー！体温が３６・５の平常に戻り、血圧も１５０まで下がって来た。痛み止めの薬が追加された。

午前中は押し車につかまりながら入院病棟の廊下をひたすら歩き続けた。「老化しないように廊下を歩く」などと一人でダジャレを言いながら歩いているうちに、二人の患者さんと知り合い話をするようになった。只見と猪苗代から来ている人たちで、私よりも年齢は上だった。手術が１回で上手くいかなく、今回２回目の手術をしたことや、腰の手術以外にも内臓の手術もした話などを聞かされ、上には上があるものだと感心させられた。

病棟内ではバスケットボールで指導してきたコミュニュケーションを実戦した。挨拶はもちろんのこと「二語の原則」も積極的に使用した。「二語の原則」とは、今は亡き福島大学陸上部監督であった川本先生から教えていただいたことである。「おはよう」「こんにちは」の挨拶一語だけではなく、「今日の調子はどうですか」「昨夜のワールドカップは凄かったですね」と、一言余計に加えるだけで親近感が深まるということである。

バスケットボールの指導で使われる原理原則はコート外でも OK である。「コミュニュケーションの３原則」は、①挨拶は先手必勝（こちらから先にする）、②大きな声でする、③何度も繰り返す。そして「二語の原則」をプラスアルファすることで、入院中、色々な患者さんや看護師さんたちとコミュニュケーションが取れて楽しい入院生活を過ごすことができた。ストレスの大半は人間関係と身体的苦痛である。

入院病棟の磐梯山側の廊下は全部ガラス張りで、晴れた日は磐梯山、雄国山の景色が絶景である。この絶景を見ながらのウオーキングと廊下のベンチに座りながらの読書で、一日はあっという間に過ぎ去った。

日中十分歩き回っているせいか食欲は旺盛である。栄養士によって管理された食事のメニューはシンプルであるが、毎食バリエーションに富み、飽きることなく３食平らげることができた。味、カロリー共に納得。入院する前に最も心配したのは、「ビールが飲めない」ということだった。果たしてビールなしで夕食が食べられるのだろうか。しかし、このぜいたくな不安は杞憂だった。入院生活は「飯うまい　昼は元気だ　夜眠い」。　　〈続〉