「MEGASTAR-FUSION」で再現。世界的に有名なプラネタリウム・クリエータ

間・1日5回上映 各回30分(要事前予約)。9時45分、11時、13時15分、14

こだわりと自身の幸福感を語ってくれた。「自分の畑に栗林があ

階における普通教育に相当する教育の機会の確保 努める等、これまでの一般的な概念は、変化した。 不登校の子やその保護者は、まわりから理解されにく

ねっと事務局 カゲヤマ(市川市議 石原みさ子)

医療最前線 あすへの提言 Dr リポート 230

突然死する大血管病 ～家族を守るために何をすべきか～

日本大学松戸歯学部は、歯科学を「口腔科学(Oral Science)」と捉え、医学の一分科としての教育を展開。最前線で活躍する歯科・医科のスペシャリストに、医療現場の現在と未来について連載でリポートしてもらう。

日本大学松戸歯学部付属病院 心臓血管外科 教授
秦 光賢 先生

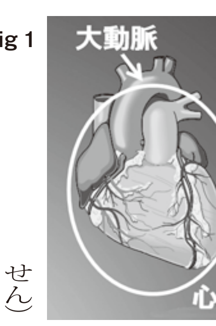
自動車運転中の突然死

過去5年間、自動車運転中に約200人が突然死しています。当然他人を巻き込むことも多く、自動車運転中の病気発症でのトラブルは8000件にも及んでいます。原因として最も多いのは急性心筋梗塞。次いで多いのは急性大動脈解離です。この急性大動脈解離は近年多くの著名人が突然死していることから知名度が上がっています。今回はこの急性大動脈解離と睡眠障害について解説します。

急性大動脈解離

大動脈の壁は3層構造(内膜、中膜、外膜)をしていますが、突然の血圧上昇(血液の圧力)のため内膜に亀裂が入り、中膜が2つに裂ける病気です(イラストFig1)。

Fig1



胸部から背部に耐えがたい激痛が生じ、緊急手術が間に合わなければ9割が突然死します。心臓と上行大動脈は心膜に包まれた閉鎖された空間に存在します(イラストFig2)。

Fig2

解離のはじまり

解離した大動脈壁は1～1.5層と薄くなっているため血液が漏出します。心膜に包まれた閉鎖空間に約300mℓ程度の血液が漏れるだけで、心臓は押しつぶされてショック死するわけです。近年、現役世代の睡眠時無呼吸症候群が急性大動脈解離発症ときわめて密接に関係していることがわかっています。

睡眠時無呼吸症候群(SAS)

多くの場合は肥満や睡眠時の舌根沈下のため著明ないびきが生じ、1時間に数回から数十回も呼吸が停止します。このため動脈血酸素飽和度の低下が生じ苦しくて、呼吸するために目が覚めるのです。夜間何度も目が覚めるため(実際には気づいていません)日中に頻回に居眠りをしてしまいます。

人間の動脈血酸素飽和度は98～99%が正常です。約2分間、海に潜って苦しくなって我慢ができなくなった時の酸素飽和度は84%程度です。ところが重症SAS患者の酸素飽和度は70%以下まで低下しているのです。この苦痛のため血圧が急上昇します。人間は深い睡眠時には血圧が10～20%低下しているのですが、SAS患者では逆に血圧が上昇してしまい、不整脈や急性大動脈解離の原因となるのです。SASを早期に発見しマウスピースや持続陽圧換気(CPAP)などの治療を開始する必要があります。

日本大学病院の成績

日本大学病院で急性大動脈解離のために救急搬送された30～65歳の患者の95%に重症のSASが見つかっています。しかも患者は自分がSASであることを知らなかったケースがほとんどです。一方、日本大学松戸歯学部付属病院のいびき外来に通院し、CPAPで治療中の約100人の患者を調査するとひとりも急性大動脈解離の発症を認めていません。

運動、ダイエット、うつぶせ寝が重要

運動しダイエットするだけでもSASの予防は可能です。発症した場合も軽症であれば、あおむけ寝を避けるなどの方法で、ある程度は舌根の沈下(いびき)の予防が可能です。ご心配な方は、なるべく早期に、日本大学松戸歯学部 心臓血管外科あるいはいびき外来にご相談ください。

突然死を予防し、いつまでも家族のために若さを維持しながら、年をとるようにがんばりましょう。

■日本大学松戸歯学部付属病院
☎047・360・7111(コールセンター)。

書の力

第三十一回 唐 紀泰山銘

(概寸)13・3×5・3m 拓本

成田山書道美術館

世界遺産としても知られる中国山東省の泰山。その頂上付近の岩壁には多数の文字が刻まれ、巨大な摩崖碑となっています。

中でも一際存在感を示しているのが唐の玄宗皇帝が自書したこの紀泰山銘です。中国の歴代皇帝は泰山で封禅の儀式を行なうことを目標にしていました。玄宗が施政方針を記したこの一文も、隷書体を用いて謹厳さの中に皇帝としての余裕も感じる書きぶりになっています。傾国の美女、楊貴妃と出会う前の壮年の玄宗の姿がここにあります。

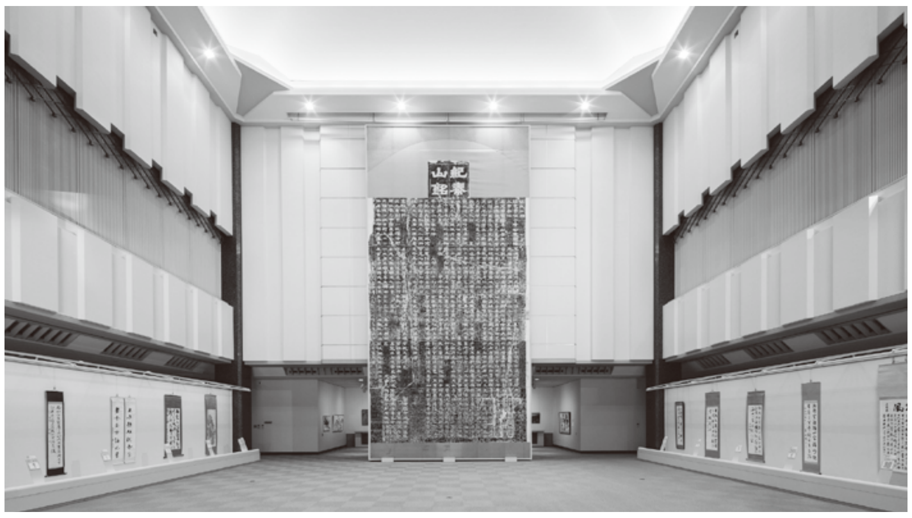
直接紙を当てて写しとったこの拓本は原寸大であり、その迫力は一見に値します。当館に常に展示していますので、ぜひご覧ください。

(学芸員 山﨑亮)

【大意】

私が帝位に就いて10年余、困難な状況を経て国は富み、安定した状態となった。家臣は私に封禅の儀式をすることを勧めてきた。そこで私は儀式の準備をして、泰山で儀式を行なうことにした。泰山は神が集い、万物の原点である所。私が祈るのは万民の幸福であり、決して歴代の聖王と比肩するためではない。

この儀式が出来るのは多くの家臣のお陰である。私はこれからも一層善政を行なっていきたい。天命は徳のある者に下るという。我が国は初代皇帝李淵から善政を行なってきた。歴代の皇帝たちより私は功績が少ないが、是非天命を授け、代々継がせて欲しい。私は慈しみ、謙虚であることを誓います。秦や漢のような過ちはしません。



junaida展「IMAGINARIUM」

8月5日(土)～9月24日(日) 佐倉市立美術館

『Michi』『の』『怪物園』(すべて福音館書店)など、近年出版した絵本がいずれも話題の画家、junaida(ジュナイダ、1978－)の400点超の作品を陳列する、初の大規模個展が開かれる。

ヨーロッパを思わせる謎めいた世界に、細密に描きこまれた人物や背景。鮮やかな色彩の中に、明るさと闇が共存、不思議な空想世界を楽しめる。

▽「佐倉市立美術館」2・3階展示室。一般800円、大学・高校生600円、中・小学生400円、未就学児無料。月曜休館(※9月18日(月)は開館、翌19日(火)は休館)。

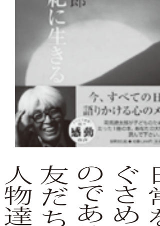
▼「佐倉市立美術館」：佐倉市新町210。☎043・485・7851。

K太せんせいの放課後の黒板消し 78

文学の窓〈司馬遼太郎〉『二十一世紀に生きる君たちへ』

2023年は司馬遼太郎生誕一〇〇年の記念年です。『梟の城』で直木賞を受賞して以後、歴史小説家として親しまれ、大河ドラマで最も多い6作品(『竜馬がゆく』『国盗り物語』『花神』『翔ぶが如く』『徳川慶喜』『功名が辻』)の原作者となりました。また、小説『坂の上の雲』のドラマ化で、舞台となった愛媛県松山市には「坂の上の雲ミュージアム」が建てられています。

さて、重厚且つドラマチックな歴史を舞台に活躍し、1996年に没した司馬遼太郎ですが、彼が初めて「子ども」に向けて書いた随筆があります。それが『二十一世紀に生きる君たちへ』です。



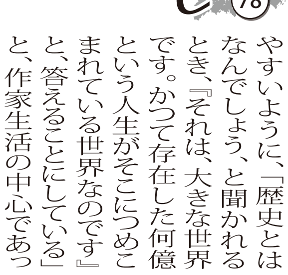
「私は、歴史小説を書いてきた」という冒頭文から始まり、子どもにも分かりやすいように、「歴史とはなんでしょう、と聞かれるとき、『それは、大きな世界です。かつて存在した何億という人生がそこにつめこまれている世界なのです』と、答えることにしている」と、作家生活の中心であった歴史について語っています。

そして「私には、幸い、この世にたくさんのすばらしい友人がいる。歴史のなかにもいる。そこには、この世では求めがたいほどにすばらしい人たちがいて、私の日常を、はげましたり、なぐさめたりしてくれているのである」とまるで自慢の友だちのように歴史上の人物達に触れています。

しかし、その司馬が「ただ、さびしく思うことがある。私がもっていなくて、君たちだけが持っている大きなものがある」と語るものがあります。それこそが、「未来というもの」なのです。

「君たちは、……二十一世紀をたっぷり見ることができるばかりか、そのかがやかしいにない手でもある。だから、君たちと話ができるのは、今のうちだということである」。自身が見ることのできない世界を生きるであろう子どもたちに、一人の歴史作家が託した想いとは何だったのか。

今まさに21世紀の夏を生きる私たちです。今回は少しだけ紙幅を広げ、「書き終わって、君たちの未来が、真夏の太陽のようにかがやいているように感じた」と締めくくられる司馬遼太郎のメッセージに耳を傾けてみることにしよう。



■『二十一世紀に生きる君たちへ』は最終的に「21世紀は人類が仲良しで暮らせる時代になるにちがいない」という希望へと結びついていきます。

その方法とは……

「『やさしさ』『おもいやり』『いたわり』『他人の痛みを感じること』みな似たような言葉である。これらの言葉は、もともと一つの根から出ている。根といっても、本能ではない。だから、私たちは訓練をしてそれを身につけねばならない。

その訓練とは、簡単なことだ。例えば、友だちがころぶ。ああ痛かったろうな、と感じる気持ちを、そのつど自分でつくりあげていきさえすればよい。この根っこの感情が、自己の中でしっかり根づいていけば、他民族へのいたわりという気持ちもわき出てくる。君たちさえ、そういう自己をつくっていけば、21世紀は人類が仲良しで暮らせる時代になるにちがいない」。

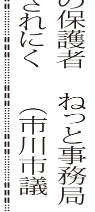
輝く未来を託された私たち

いかがですか。決して難しくはないけれど、自己をつくるという大切な宿題が出されたようですね。そうして最後に、司馬遼太郎は私たちに熱く語りかけます。

「君たち。君たちはつねに晴れ上がった空のように、たかだかとした心を持たねばならない。同時に、ずっしりとたくましい足どりで、大地をふみしめつつ歩かねばならない。私は、君たちの心の中の最も美しいものを見続けながら、以上のことを書いた。書き終わって、君たちの未来が、真夏の太陽のようにかがやいているように感じた」と。

輝く未来を託された私たち。たかだかと、ずっしりと輝きながら歩んで行かなくては。

■K太せんせい 現役教師。教育現場のありのままを伝え、読書案内なども執筆する。



材料

きゅ
なす
ミテ

○お
○甘
○醤
○ホ