

パニック障害を癒した大自然と温かい心

映画・医療ライター 小 守 ケ イ

「ああ、苦しい・・・」。高層ビルが立ち並ぶ新宿駅、朝のラッシュ時。トレンチコート姿の40代の大学病院の医師、美智子が突然ハーハーと息を荒げ始める。ふらつきながら人ごみを掻き分け、タクシー乗り場の前でしゃがみこむが、通勤客は彼女に目を止めず一目散に職場に急ぐ。

パニック障害と診断された美智子は大学病院を辞め、療養のために夫で“売れない作家”の孝夫とともに東京を離れ、孝夫の郷里の奥信濃の山あいの村に移る。「息せき切ってきたから、少し休めっていうことね」。

映画「阿弥陀堂だより」は、多忙な都会生活で病気を得た美智子が、信州の大自然に抱かれて癒されていく様子を映し出した作品。美智子に樋口可南子、孝夫に寺尾聰、おうめに北林谷栄など名優達が出演。芥川賞作家で医師の南木佳士の原作を小泉堯史が映画化。

ストレス多い生活+死産から発症

パニック障害はパニック発作を起こす不安神経症のひとつ。誰にでもいつでも起こる病気だが、真面目で疲れていても頑張る人がストレスを溜め込むと発症することが多い。身体には異常が無いのに激しい不安に囚われて、突然、動

悸や震え、息切れ、めまい、発汗、過呼吸などが起き、「このまま死んでしまうのではないかなど」という恐怖感を持つ。多くは1時間以内に

自然に収まるが、一度体験すると、また発作が出るのではないかと不安が増大し、外出できなくなるなど日常生活への支障が出る。重症化すると、うつ状態になる。

先端医療で多忙な美智子が発症したのは、初めての子を死産した直後。心身とも限界になり、出勤途中の駅頭で急に発作に襲われたのだ。

空、山、風・・・ 人間も自然の一部

「これからここで暮らすのね」。緑萌え出す奥信濃の春、祖母が残した家に引っ越し

た夫婦は、人々が自然と調和して生きる姿に触れていく。中でも96歳の阿弥陀堂の堂守おうめの、生死には境が無いという死生観や、いずれ自分が還る土に厠を掘り、季節の野菜を作って食べる暮らしに目を見張る。

夫婦は、美智子が村の診療所で週3日午前だけの診療を、孝夫は家事で妻を支えるとともに、おうめの言葉が纏められている『阿弥陀堂だより』を配るボランティアを始める。しかし、突然の発作を恐れる美智子にはパート診療でも負担



©2002『阿弥陀堂だより』製作委員会
Package Design ©2003 Asmik Ace Entertainment, Inc.
発売・販売：アスミック
写真：(上から時計まわりに)孝夫、美智子、
阿弥陀堂の堂守・おうめ、(下)阿弥陀堂

映画「阿弥陀堂だより」

小泉堯史 監督、2002年、日本

だったのか、『美智子先生歓迎会』の帰路、頭上にバタバタと突如現れた鳥の群の「ギャー」という鳴声に怯えて、発作を起こす。孝夫が静かに背中をさすってやり発作は収まるが、美智子は薬が手放せない。

「ここに来て良かったわ！」

夫婦は、孝夫の恩師で末期癌に侵された幸田先生にも多くを学ぶ。特に美智子は先生が死を受け容れ、自宅で変らない生活をする姿に接して、重篤な疾患でも心を病んでいない人は病人ではないと実感し、医者としての認識を改め、「良く生きることは良く死ぬこと」と思い至る。

紅葉が美しい秋、『阿弥陀堂だより』を編集している少女に肉腫の転移をみつけた美智子は、街の総合病院で手術を頼まれる。緊張から過呼吸気味になるが、孝夫が「君の腕なら大丈夫。車で送迎してやるよ」と背中を押す。そして手術は成功。晴れ晴れとした表情の美智子は、孝夫の車に乗り込み、「徹夜治療もできたわ！」。

季節が巡り、再びの春。美智子の外出や不眠への不安はいつの間にか解消され、孝夫も小説に取り掛かる。元気になった美智子は43歳で妊娠し、村の診療所長を受諾する。そして夫婦は、村に永住を決意する。

奥信濃の四季、のどかな村 癒し満載の映像

パニック障害の患者に批判や非難は禁物で、努力を認めたり、親切にしたりなど好意を示す

のが良い。美智子の場合も、無医村だった地に医師が来てくれたと歓迎され、頼りにされたことが回復に繋がった。しかし最大の功労者は孝夫で、いつも気遣い寄り添う彼がいてこそ、美智子は心身が休まり、明日へのエネルギーが湧いてきたのだろう。

パニック障害の患者数は現在、日本でもストレス社会を反映し、100人に1人位に増加中。男女比は1:2で女性が多く、発症のピークは30代。当初は狭心症などの内科の病気と思いつつも、心電図や諸検査にも異常は出ない。早いうちに心療内科を受診し、抗鬱剤や安定剤の力を借りて緊張を軽減し、カウンセリングを受けながら気長に治療するのがよい。

本作は山々や溪流、棚田が絶景の長野県飯山市で1年かけて撮影されたので、映像を眺めるだけでも癒される。また、現地には“『阿弥陀堂だより』ロケ地めぐり”コースもあり、出掛けてみるのもおススメだ！

監修：東京通信病院 副院長・内科部長 ^{みや}宮崎 ^{しげる}滋

