腹膜透析（PD）を選択してよかった 仕事も続けられたし 旅行にもいける。 この治療を地元で もっと普及させたい

小森光年さん

一病息災

松村満美子のインタビュー

僕が今の元気な状態を維持していけば、PDがもっと普及するんじゃないかと思っているんです

佐賀で民芸品を製作する会社を経営する小森光年さんは大きな病気をしたことがありませんでした。69才のときの健康診断でどこも悪くないといわれましたが、慢性腎臓病の知識があった娘さんがクレアチニン値が高いことに気がつき、腎臓病とわかりました。いよいよ透析を導入するようにいわれたときも、娘さんのアドバイスで腹膜透析（PD）を選択し、仕事も今まで通りに続け、快適に過ごしています。東京の娘さんの自宅で、奥様の千枝子さん、娘さんの静香さんと一緒に話しを伺いました。

インタビュー　松村 満美子

血液透析といわれたが病院を変えPDに

松村　腹膜透析（PD）を始めてどのくらいですか？

小森　2年半です。

なぜPDにしたんですか？

最初は血液透析といわれたんですが、娘がいろいろ尽力してくれて…。

というのは？

静香　私は医療関係の仕事をしているので、PDのことは知ってました。父は毎日仕事をして規則正しい生活をしているので、PDがぴったりだと思いました。

じゃ、静香さんの勧めで…

ええ、でも大変でした。最初に相談した病院では積極的ではなくて…

あまりPDをやっていない病院だったんですね。

一応PDで導入と決定したんですが、いよいよ透析ということで家から近い病院を紹介してもらったら、シャントを作りましょうといわれました。PDでお願いしますというと、「感染したらどうするんですか？」っていわれて。

父から電話があって、「血液透析（HD）だって」というので、「それでいいの？」って聞いたら、「よくないけど、しょうがない」って。

それでどうしたんですか？

すぐ飛んでいって、大学病院ならPDもやってるというので、紹介状を書き直してもらって、大学病院にいったんです。

東京からわざわざいらしたんですか？

ええ、大学病院でも当時はあまり積極的ではな

小森 光年 さん

1940年4月生まれ。77才。郷土の民芸品を制作する西日本民芸社を経営。障害者雇用に熱心で、従業員25人のうち心身障害者を10人雇用していたこともあるとか。69才のとき健康診断でクレアチニン値の異常がでたが、医師からはなにもいわれず、娘さんの指摘で治療を開始。74才で腹膜透析（PD）を導入し、現在は積極的にPDの良さを伝えている。

かったのですが、受診のたびに月に何回も飛行機で飛んでいき付き添い、主治医の先生と話をして、PDを導入してくださることになりました。

PDを始めてどうでしたか？

調子がよくなって、とても元気です。病気が分かる前はもう何年も生きられないのではないかと思うくらい体調が悪かったのが嘘みたいです。

父が導入して「これいいよ」っていわれるようになって、大学病院でもPDを増やしているようなんですよ。

先生から「患者さんに見せてあげてください」と頼まれ、腹を見せてこういう風にやってますと説明することもあります。パンフレットや写真を見るより理解できるようで、もうHDのシャントを作っていた人がPDに変えたこともありました。

経験者が良いといっているのは、説得力がありますよね。皆さんの治療の選択肢が増えてよかったですね。

こんど市長さんと福祉課の課長さんがうちに見に来ることになっているんですよ。

PDは自宅でできる治療ですから、仕事をしていたり、送り迎えが大変な人には向いていますよネ。

そうなんです。だから僕は手本になるためにも、今の元気な状態を維持することでPDが普及するんじゃないかと思っているんですよ。

PDを始めて3年で尿量1500ccをキープ

もとの病気はなんですか？

病気はほとんどしたことがないんです。69歳のときに近所の健康診断で異常なしといわれたんですけど、血液検査の結果を娘にファックスしたら、「全然、大丈夫じゃないよ」って電話がきて。

発見したのも静香さんなんですね。クレアチンはどのくらいだったんですか？

2.46でした。

ちょっと高いですね。それで保存期はどのくらい？

5年です。

その間は食事療法をしていたんですね。食事は奥様が？

千枝子 はい、私の食事の管理が悪くてお父さんを早死にさせたら大変と、ノイローゼになる程、頑張りました。

食材を計っていたんですか？

はい。ずっと栄養教室に通っていたので、栄養とかカロリーの知識が少しあったので助かりました。

調整食品とかは使いました？

レトルトとか冷凍とか腎臓病食をいろいろ試して、しばらくやってみたら、これなら私にも作れるなと思いました。

奥様も同じものを召し上がっているんですか？

同じです。うちは醤油は使わないんです。ぜんぶポン酢です。お刺身もお漬物も、ポン酢。そのほうが塩分が低いですから。

でも、塩分制限6g以内はきつくないですか？

大丈夫です。今では普通の味付けだと濃いと感じるようになってしまいましたよ。

では食事はすべておうちで召し上がるんですか？

いえ、外食もしますが、そのときは定食を頼みます。食べるものを選べるし、調味料をつけなければ塩分を少なくできます。丼物とかは絶対に食べないですね。

それは今でも？

今でもです。管理がよくできてるとほめられました。もう少しカロリーをとってもいいとか、果物も食べてもいい

といわれたこともあります。

それはすばらしい。

厳しくしてほかが悪くなってもいけないので、1食でなく、数回の食事でバランスがとれるようにしています。

それで今は順調なんですね。

はい、PDを始めて3年でまだ尿量も保っていて、毎日1500ccくらい出ます。

それは水分管理が楽ですね。PDは残腎機能が長持ちしますからね。

父がトイレに行くたびに、「よかったな～」と思うんですよ。おしっこをする快感って、それも大事じゃないですか。

PDをしながら仕事や外出、旅行も楽しむ

今でもお仕事は続けていらっしゃるんですよね。毎日、出勤しているんですか？

もちろん、従業員がいますから。うちは2階が自宅で下が会社なんですよ。

週5日仕事をして、土日は？

家内と遊びにいきます。

毎週ですか？

ほとんどですね。新聞の催し物を見て、今日はあそこの花がきれいだからとか、骨董を見にいったり、1年で60日か70日は外に出てます。それは健康のためでもあるんです。やっぱり人のなかにいくというのはいいことですよね。

日帰りですか？

娘と一緒のときは、泊まりがけでもでかけます。

外出するときの透析液の交換はどうしているんですか？

1日4回なので、逆算しながら、普段は朝6時にするけど、4時半にやってからとかいろいろ考えます。

でも透析液を持っていくのが重くて大変です。

頼めば配送してくれますが、前もって連絡しなければなりませんし、透析液を交換する場所も確保しないとね。

場所を借りたいとお願いすると、皆さんすごくよくしてくださるんですよ。「障害者用のトイレを確保すればいいの？」とか聞かれたりして、「そうではなく、人が出入りしないスペースを貸してもらえますか？」というと、部屋を用意してくれたり、授乳室とか、空港では医務室を貸してくれました。

ときには車中で透析液交換を

でも毎回説明するのも大変じゃないですか？

だからAPD（夜寝ているあいだに自動的に透析をしてくれる方法）にしてみようかと思っているんです。そうすると昼間の透析液交換の回数を減らせるかもしれません。

APDだと泊まりのときはどうしたらいいんでしょう？

メーカーに頼めば旅先でAPDの機械を借りることもできますよ。

今考えているのは船の旅です。1週間とか2週間とか。

船旅だと透析液を持って歩かなくてもいいですからね。

そうなんです。手始めに横浜から沖縄までの船旅を計画しているところなんです。

それは素敵。これからもいろいろなところに行ってくださいね。

インタビューを終えて・・・・・・・・

民芸品をつくるお仕事で、昔から障害者を雇用してきたそうです。ろうあ者や知的障害者の人に根気良くていねいに教え、自分の子供のように接しているとのことで、そんなお人柄がにじみでていました。それと同じような気持ちで今は多くの方にPDの良さを伝えていらっしゃいます。地元の病院で血液透析を勧められたときは、周りにPDをしている人がいないので、そのまま血液透析にしようかとも思ったそうですが、お嬢さんに助けられてPDを選択できて良かったですね。小森さんの後に続く多くの人に治療選択の道が開けたのですね。