



こわい、バイキン  
の話、二題



koberyol

八月初旬頃から体調が不良で、自分ではたぶん、冷房による影響だと思ってクーラーは使用しないように留意してきた。

しかし、お盆頃になると、疱疹（ホウシン）が内股にできて、痒いし、チクチク痛む。これはおかしいと皮膚科で診察を受けたところ、带状疱疹（タイジョウホウシン）と診断された。

この病気が命にかかわることはもちろん、ないのだが、特徴的な症状は「痛い」ことにある。皮膚症状は一～二週間をピークにして四～八週間くらいで落ち着くという。皮膚のピンク色が治っていくと、痛みの程度も軽くなるとのこと。診察の結果、注射を二回され、そして「痛み止め」を七日分、ピンクの疱疹に塗るための「塗り薬」が処方された。

これでやっと八月二十五日頃は痛みは落ち着いて、少々楽にはなった。医師の話によると、誰もこの带状疱疹の原因となるウイルスを体内に潜ませているが、夏の体力が低下する時期にウイルスを発症する人が多い、という。高齢であるにもかかわらず、まるで子供が罹るような病気で、自分も幼児に戻ったのかな、と考えたり、免疫とか抵抗力についても思いを馳せたりした。以下にしるす文章は、このたび带状疱疹に罹ったことをきっかけに私が「健康」について、いろいろと考えたことである。

#### [こわい、バイキンの話、その1]

まだ私が現役で、若かった当時の話である。それはそれは元気だったので、二足の草鞋を履いて仕事をしていた。

かつて商社の社員で、私自身、社員教育の専門職だったので、その手腕を買われ、時々、銀行系のシンクタンクである「◎◎総合研究所」から毎月、定期的で開催される講師を依頼された。それとはべつ「〇〇ビジネス専門学校」で「マーケティング」、「広告論」、「経営学」も講義していたから興味があるのはビジネス関係のことばかりであったが、最近は「心の健康」が働く人にとっての問題になっているようなので調べてみた。

「心」も「健康」も人間がビジネスを遂行する上で、とてもたいせつなことに思えるからである。

昨今は「心」のバランスを崩して「健康」を害する人が増えているという。その原因は、さてなんであるのか？ まずは「心」のサイドから探してみたいと思う。

多くの識者から指摘されているのは、「働く人」の環境の変化が大きいからだという。そこそこ経済成長が望めない、いまのビジネス環境下、組織人は苛酷な現場でより生産性の向上をはかり、効率を上げることや、能力主義や成果主義にもとづく査定によるストレス、また労働時間の長

時間化は底なしの不安感に疲労を生み出して、これが心身の健康が崩れる要因ともなり、「やる気」が出ないなどの原因不明の不定愁訴 = 無気力症の菌が蔓延している。

それらを思いつくままに以下に列挙してみると、

- ①シラケ菌——「出来ません」の症状
- ②タンパク菌——「粘り気のない」症状
- ③ショウキョク菌——「無気力」の症状
- ④ジコリュウ菌——「基本が身についていない」症状
- ⑤ムセキニン菌——「連絡の悪い」症状
- ⑥「テサグリ菌——「考えをまとめられない」症状

など、いろいろな「心」の「健康」を損なうことで生じる無気力を生み出す症状について列挙してみたが、もし、以上に該当するような心の変調に気づいたなら、早めに医師に相談することで過度の負荷を抱え込まないように、くれぐれも用心することだ。

[こわい、バイキンの話、その2]

さらに「心」から生じる病気のひとつの形態についても考察してみた。それは先ほどの「心」につく、さまざまな菌のことではなく、むしろ逆の事態とも言える「心」の無菌状態ともいうべき「病気」だ。

「清潔はビョーキ」として異常なまでの清潔志向への警告として、東京医科歯科大学の藤田紘一郎先生の主張を要約すると次のとおりになる。

『日本では抗菌グッズの普及、抗生物質の濫用、消毒剤・殺菌剤の多用など、超清潔志向が一般化している。微生物をすべて悪者として排除するからアレルギー病が起き、O-157に感染する。清潔志向の行き過ぎが病気をつくり、免疫力を非情に低下させている。ドロンコ遊びをする子供たちが普通の清潔さであって、きれい好きのお母さんがそれをさせないのが病気のもとだ。なんとか健康を取り戻すには外で遊び、自然とふれあい、細菌とのつきあいを大切にすることだ。そして腸内細菌のエサとなる穀物や、野菜・果物を多くとるくらしをするとよい』

藤田氏の話はたいへん蘊蓄に富んだおもしろい内容であって、わたしも反省したり共感したりで、日本はいまこそ日本独特の自然観や食習慣を取り戻さなければいけないと思う者である。

参考資料：「清潔はビョーキだ」 東京医科歯科大教授、藤田紘一郎、先見経済





