

2018年7月号
FP武蔵野グループ



畑中 良夫 (AFP認定者)

人生 100 年時代を生き抜くために

最近の朝日新聞(2018年7月21日号)は日本人の平均寿命がさらに延びて2017年の調査結果、男性81.09歳・女性87.26歳と発表しました。最近の医療の技術の進歩により、3大死因であるがん、心疾患、脳血管疾患の治療が向上したことが貢献していると指摘しています。われわれ高齢者としては喜ぶべきことです。

私自身も4年前に毎年受けている健康診断で、早期胃がんが発見され二か所の手術を受けましたが現在も元気しております。早期発見早期治療が幸いしたと実感しています。一方では今年に入り杉並区の集団検診で肺がんを見落とされた40歳代の女性が手遅れとなり死亡したことが報道されました。病気の種類にもよるかもしれませんが検診時に見落としがなければ今でも存命の可能性があると思われます。ご冥福を祈るのみです。

不幸にして病気が見つかったとしても前向きに治療を受けて長寿時代の老後の生活を楽しみたいものです。人生100年時代になったといわれる今日この頃、私たちは毎年検診を受けるようにしましょう。

これも私が胃がんの手術を受けたときのことですが、手術の前に十分に歯の治療を受けておくように注意されました。大きい内臓の手術の予後は、口腔の衛生環境も大きく影響するようです。私の場合子供のころより虫歯もほとんどなく、毎年二度の定期検診を受けていた歯科医師は私の歯は私が死ぬまで使用可能と太鼓判を押してくれました。しかし最近では寄る年に勝てず何度かの治療を受けるようになりました。

以上自分の経験をもとに私がお勧めしたいのは、御自身では自分は健康だと思っておられても、毎年健康診断を受けられるようにということです。

さらに3大疾患に加えて高齢化社会の問題点として認知症があげられます。先日私達FP武蔵野グループは武蔵野市を中心として認知症について啓もう活動を展開してこられた「NPO武蔵野すこやか」の星田正理事長に認知症について御講演をいただきました。

大変驚いたことに人口 14 万人ほどの武蔵野市に 5200 人の認知症患者が確認されており、現実にはさらに多数の認知症発症者やその予備軍がいるとのことでした。この数字は市の助成金をいただいて毎年開催している武蔵野フォーラムで今年 2 月 4 日に、武蔵野市高齢者支援課白相係長の御講演でも裏付けられています。しかし星田理事長によると、最近の医学の進歩により認知症も早期に発見し 適切な治療とともに衣食住を含めた生活環境の改善により、その進行を抑えたり、場合によっては認知症の症状の回復も期待できるようになってきているとのことでした。この場合も認知症そのものは病気の一つであるので、他の疾患同様に早期発見早期対応が個人生活の上でも社会生活の面でも大切であるとの指摘がありました。このような背景を踏まえて「NPO武蔵野すこやか」は武蔵野市の支援を受けて、認知症のテストを含む各種の活動事業を展開するので市報等の広報に注意して認知症の予防活動に積極的に参加される事を強くお勧めいたします。

以 上