

あなたにそして自分にも

どんまいどんまい



体調を崩してから、わかる 日々の健康のありがたさ

健康への
過信が
油断の元
でした。



去年の暮れにちょっとした油断で肺炎になってしまった武田英昭です。

日曜日の夕方風呂に入り、風呂上りに汗が出るので、汗が引くまでパジャマ一枚でいました。

その内、汗も引いてきたのですが、つつい、そのままでした。

そしたら、「ゾクッ」として寒気がしたので、あわてて厚着をしました。

この、ちょっとした油断が体調を崩す始まりでした。

その晩から咳が出て、痰や鼻水も出て、胃の具合も悪く、一気に体調がおかしくなっていました。

それでも早く寝て睡眠時間をしっかりとれば翌朝までには、治るだろうとたかをくくっていました。

しかし、翌日の月曜日は咳や痰や鼻水や胃に加え、頭痛がひどく、最悪の状態でした。

なんとか、社員が全員帰るまで頑張って自分も仕

事をやり切りました。

家に帰ったら食事もとらず、すぐ蒲団に入り、ただ、ひたすら睡眠をとる事だけを心がけていました。

夜中に何度も汗をかいた下着を取り換えて、水分を取りながら祈るように寝ていました。

しかし、次の日も治る気配がありませんでした。ただ、胃の調子が少し良くなって来たので、おかゆを作ってもらい、食事が出来るようになってきましたが、相変わらず、咳と痰と鼻水は治りません。

なんとか自己治癒力で治そうと一週間、毎晩早く寝ましたが、咳がひどくて、ぐっすりと眠る事が出来ませんでした。

次の週の月曜日にあまり治らないので、病院に行こうか決めかねていた時に、お客様から「ずいぶんひどいようですね。肺炎かもしれませんよ。すぐ病院で見てもらった方が良いですよ」とアドバイスを頂き、その言葉に背中を押されたように思いました。

近くの個人病院へ行ったら、肺に「かげ」が見られるので、大きい病院を紹介するから、そちらでしっかり見てもらうように言われました。

そして次の日、県立中央病院に行き検査してもらったら、すぐ「肺炎」の診断が下りました。それから三日間、午前中に仕事をして午後から病院に行き点滴をしてもらいました。

健康については、わりと自信を持っていたのですが、その過信が油断となり、今回の「肺炎」という思いもよらぬ結果を招いてしまいました。

日頃の健康が当たり前になっている生活が、今回のような病気を、つくづく大切でありがたい事だったと痛感しました。

今年一年健康で過ごせます様に（合掌）武田英昭

「どんまい どんまい」

他の月の「どんまい どんまい」を見逃した方は金物ショップタケダのサイトからぜひ御覧下さい。

失敗した時、がっかりした時、つらい思いをした時、落ち込まず再チャレンジ出来る様にとの思いで、あなたと私の心のかけ橋レターを送ります。

毎月1回発行 発行編集責任者 武田英昭 (株)タケダ 山形県山形市あかねヶ丘 3-18-1 電話:023-644-5633 FAX:023-644-5663

金物ショップタケダ: <http://www.ks-takeda.biz/>

