

とらうべ

私が笑えばあなたが笑う

昇 幹夫

三宅医院産婦人科医師(岡山市)

笑わなければ、笑えなくなる。そんな当たり前のことを、あなたは忘れてはいませんか。

箸がころがっても笑いころげていた少女時代に、くらべ、毎日緊張の連続で、合併症をかかえた妊婦さんに、こわい顔して指導という名のもとに脅しをやっていませんか？ 自分の顔は自分のものだけど、誰も自分でじかに見るができないもの、明るい顔がまわりを明るくし、暗い顔がまわりを暗くします。自分の顔は自分が見るためでなく、みんなに見ていただくためにあるのです。ヒトの体には使えば発達する、使わなければ退化するという法則があります。いつも鬼がわらみたいな顔をしていると、その表情筋だけが発達して固まってしまい、いざ笑おうと思っても引きつった顔になってしまいます。

ある大学病院の入院患者アンケートで、「あなたはどんな看護婦さんが好きですか」と尋ねたところ、結果は技能の高さにも、知識の豊富さにも、経験年数や美人かどうかにも関係ありませんでした。人気ランキングのトップは「よく笑う看護婦さん」とのこと。

映画評論家の淀川長治さんが東京のある大学病院に入院した時のことです。忙しすぎる看護婦さんたちは、つっけんどんで怖い顔ばかりに見えたので淀川さんはあることを思いつきました。病室のドアに1枚の紙を張り付けたのです。それには「このドアを開ける人は笑顔で入ってきて下さい」と書いてありました。検温のためにドアを開けようとし

たナースはそのメモに気づき、ニッコリして「いかがですか？」とやさしい声で淀川さんに話しかけました。笑顔の輪は病棟から病院中に広がり、みごと淀川さんのねらいは功を奏し、病院長からとても感謝されたそうです。

3月の長野パラリンピックでは世界中の人々に、「何ができないかではなく、何ができるか」、そしてそのハンディが終生変わらないものなら「障害も個性のひとつ」ということを教えてくれ

ました。ハンディキャップを持ちながら、すごい技を見せてくれたアスリート達の顔は、みんな輝いて笑顔でした。いい顔を作ることは一生の修行。それには毎朝、鏡に向かってニッコリします。私が笑えばあなたが笑う、これをミラーの法則といいます。ローバ(老婆)は1日にしてな

らずなのです。

顔見ただけで、声聞いただけでホッとする人がいますね。そんなホッとラインがあなたにありますか？ 耳がふたつで口ひとつ、それは2倍聞きなさいということです。患という字は心にトゲがささっていることを意味します。あなた自身が患者さんのホッとラインになることが、ストレスに強くなるコツでもあるんです。大きな耳で小さな口、やさしい笑顔、それが何よりの薬です。知る、できる、わかるとって、できた時はじめてわかったのです。あなたが変われば、まわりが変わる。そして未来が変わります。ナンバーワンよりオンリーワンをめざして、あした元気になるあれ。

