

高齢化時代に想う一老い楽に生きる

日ノ下文彦*

人は生を授かれれば、必ず何十年か後に生を終えるときがくる。これは必然であり、誰しもがそのことを知っているが、いつ終焉を迎えるかは誰も知る由がない。寿命は個人により異なっており、寿命の個人差（違い）は江戸時代であろうが令和時代であろうが、平和な日本であろうが内戦と飢餓に苦しむアフリカの国であろうが、常に存在する。

しかし、医学の原点は「命を救う」「歳をとっても健康を維持する」ことにあるから、ある意味で医療は「自然の寿命」に逆らう普遍的活動ともいえる。そのおかげで、わが国の平均寿命は明治・大正時代の約44歳から約84歳まで伸びた。同様に、現在の中央アフリカやレソトの平均寿命は約53歳だというから、わが国の寿命とは30年ほどの開きがある。つまり、医学のおかげで日本人は100年前と比べ平均で約40年も長く生活を享受できているし、同じ時代に生きていても、寿命の短いアフリカに住む人たちと比べ約30年も長生きできている。近年、少子高齢化問題が深刻だといわれて久しいが、われわれは世界に冠たる長寿大国であることをもっと肯定的に考えるべきであろう。仮に、健康で無事に暮らせたとしたら、この30年という長い間にできることはいくらでもある。仕事を続ければアウトプットは増え、累積所得も増加することになる。さらに、趣味やスポーツなどやりたいことがいくらでもできる。旅行が趣味だとしたら、1年に2回旅行するとしても、60回余計に楽しむことができる。それが国内旅行限定だった

* 国立国際医療研究センター病院腎臓内科

としたら、生まれ育った国の観光地を相当数探訪できるわけで、日本人は長寿大国ゆえに恵まれているのではなかろうか。

現在約 34 万人いるといわれている透析患者に限っても、同じことがいえる。患者全体の年齢層の上昇に伴い、透析患者の平均年齢は継続して上がっている。2000 年頃の患者の平均年齢は約 61 歳だったが、2018 年には約 69 歳になっている。透析は本来なら腎不全で命を落とす患者を救い、透析導入後、何年も充実した生活を享受できるよう手助けしているわけだから、透析に関わる医師や医療従事者はそれを誇りにしていいと思う。透析治療は腎不全による自然寿命に逆らう医療行為という見方ができなくもないし、実際、「透析までして生き続けたくない」と考え透析非導入を選ぶ患者もいる。しかし、そもそも医学の原点は「命を救う」「歳をとっても健康を維持する」ことにあるわけで、透析医療は社会的にとっても意義があるものだと思う。

強いて問題点を挙げるとすれば、これだけ高齢透析患者が増えているのだから、なるべく「健康長寿」を維持できるようにしてあげたい。さらに、高齢の透析患者に認知症がないか、あったとしても軽症で、自立して快適に生活してもらえれば申し分ない。今後の透析医療に求められるのは、老いても快適に暮らせる、つまり老いに^レ楽に生きられるよう、透析導入後、比較的若いうちから重篤な合併症を予防し、気力、体力、筋力、知力が衰えぬよう支援してあげることではなかろうか。