

## 活動報告

長期間、新型コロナウイルスにより集会ができませんでしたが、本年初めより7月から9月までに催し物を開催するよう役員の皆様と相談し、企画を立て実施することができましたので報告いたします。

### 1. 体験談と茶話会

日 付：令和5年7月20日(木)

場 所：八王子クリエイトホール10階第2学習室

テーマ：楽しい人。

「楽しい人とは、ユーモアがあり、小さな事にこだわらず誰でも受け入れられる人。そこに人が集まり、情報が集まり、才能が集まり、チャンスが生まれ、和が出来る」

出席者：45名(内入会者1名)

時 間：13：30～15：30

体験談：関上真理子さん、清水一成さん

グループ懇談会：8グループに分かれ懇談(1グループ5名)

ハーモニカ演奏：森川愼也さん

閉 会：高橋靖さん

久しぶりの催物に多くの会員の方々が出席され再会を楽しむと同時にグループ懇談会ではまず健康の話が一番で中にはメモを取っている人もいた。

## 私の体験談

西東京支部理事 関上 真理子

6年前の8月に1回目の心臓ペースメーカー（以下PMと記載）の手術を行いました。異変を感じたのはPMを入れる5か月前でした、週に3回ほどスポーツジムに通って無理なく泳いでいたのですが、苦しくなり途中で立ってしまうことが多くなりました。エアロビもハードな動きになると呼吸が苦しくなり、胸を押さえ、1時間のレッスンが続かなくなってしまったのです。「関上さんどうしたの？昨夜飲み過ぎたの？」などとインストラクター



に声をかけられた時は苦笑いでごまかしておりました。

当時は2ヶ月に1度近くのクリニックに通い、コレステロールと血圧の薬を処方してもらっていたので主治医に相談してみました。しかし「運動すれば苦しくなるでしょうし疲れるでしょう、様子を見て下さい」との診断でした。

その後、自分の心臓が壊れ始めていることも知らず普段通り過ごしていましたが、やはり何かがおかしいという感じは続いていました。

ある日、自宅の階段もひと休みしないと上がれず時間も掛るようになり、血圧計も夫が計ると正常で私は何度もエラーが出るので不安がつのりました。次回の受診の時もう一度先生に話して見ようと、2ヶ月後、主治医に様子を話してみると「心電図をとってみましょう」と直ぐに検査になり～結果、「心拍数が上がっていないから、PMを入れるかもしれません～みなみ野循環器病院で詳しい検査を受けてください」と言われ、紹介状を書いていただき、その日の午後に病院に向かいました。

レントゲン・心電図・エコー・坂道を歩く(トレッドミル)等の検査を行い、結果は心臓に欠陥が見つかり、病名：完全房室ブロックでPMの植込み手術が必要だと診断されました。

私の身に何が起きているのか分からず、心配と不安が重なりパニックになりました。セカンドオピニオンが良いのかとも悩みました。心拍は30～40の間だったそうです。房室ブロックとは心臓の中の電気系統が切れてしまっていることなどの説明を受けた記憶があります。自宅に戻り、夫や家族と話し合い、翌日家族同席でもう一度説明を聞きに病院へ向かいました。

一週間後に旅行の日程もありましたが先生から「一番恐いのは意識がなくなり何処で倒れるかわからない事です、倒れた時の頭の打ち所などを考えたら、早めの手術をお勧めします」と言われました。

セカンドオピニオンの事も聞いて見たのですが「他の病院でも手術を勧められるはずですよ」と説明を受け、5日後みなみ野循環器で手術を受ける事になりました。5日間の入院で手術も無事終わり退院後は注意事項を守るごちない生活が始まりました。

ご近所でPM友の会に入っている方に色々とお話を伺い、知らない事ばかりなので、親睦会、茶話会、講演会などに出席し、皆さんとお話をさせて頂く中で不安も心配も共有出来、少しホッとしていたところで又しても驚く出来事がありました。

手術から2年4ヶ月後、2019年6月の定期検診で医師から「5月と6月の遠隔モニターから変なノイズが発信されています。何か変わったことはありませんか？ふらつきは無いですか」と聞かれ、特に記憶が無いことを伝えると「回数的には多

くないので様子を見ましょう」と言われました。以前先生から「運動はして下さい、逆にしないと筋肉が落ちるよ、普段の生活をして良い」と言われましたが断線や感染を考えると怖くて運動は出来ずにいました。

次回の検診日は2019年11月でした、「ノイズはその後どうですか」と訪ねると「数が増えている」との事、私の身に何が起きているのか不安で仕方ありません。「何か異変があったら直ぐ来てください」と言われたのですが病院での検査ではノイズも何も異常が見られませんでした。

その年の年末に病院から連絡があり、「遠隔モニターのデータで数秒ほど脈が止まっているので、早い内に受診して下さい」言われました。

その日に受診すると血管内のリード線に不具合が出ている可能性が大きいのでリード抜去を考えて下さいと言われ、「長くて7秒間止まっていた時がある、その時何をされていましたか」と聞かれ行動を辿ってみると、一瞬フラットとしたことがあった事を思い出しました。

リード抜去の出来る病院は、東京女子医大又は希望する病院があれば紹介状を書くと言われ、様々不安に襲われました。

PMを入れて2年4ヶ月で“無理な運動も避けていたのに、なぜこんな事になるの”との思いでした、症状は痛くも苦しい事でもありませんでした。もしかしたら自宅のモニターが壊れているかもしれないと疑ったり？どの病院が良いのか？抜去出来る先生は？と様々悩みました。

そんな時、頼りにしたのが西東京支部相談役の高橋 靖さんでした。長く友の会活動に携わってこられ、様々な情報をお持ちですので連絡をし、エキシマレーザーでリード抜去の症例を重ねて来られた東京医科歯科大学の合屋先生をご紹介いただき、2020年1月に紹介状を持って合屋先生を受診しました。

医科歯科大で様々検査をした結果ノイズは見られないが「遠隔モニターにはノイズがあるので体内のリード線に不具合がおきているのか、断線しているのか？どちらかしか考えられません」と診断され、入れ替え手術しか無いとのことでした。「一緒に頑張って闘いましょう」と励まして頂き手術をすることになりました。

2020年2月6日入院、4日後に再手術を行いました。電池の交換と断線している1本のリードの交換でした、部分麻酔でしたので痛みを感じ虚ろな記憶ですが痛い痛いと言っていたような気がします。



術後に取り出したリードは米国に送り調査したようですが、取り出す際に切れてバラバラになり原因が判らないと言われました。

現在はみなみ野循環器病院に戻り、半年間隔で定期検診を受

けています。心配だったノイズも出ておらず元気に過ごしております。

丁度コロナ禍に入った頃で、心疾患のある私は入院も通院も心配や不安が絶えませんでした。体調に注意しながら乗り切る事が出来てホットしています。

私生活では3人の娘と孫が8人、まだまだ元気で頑張りたいと思っております。

## 2. 駅近茶話会

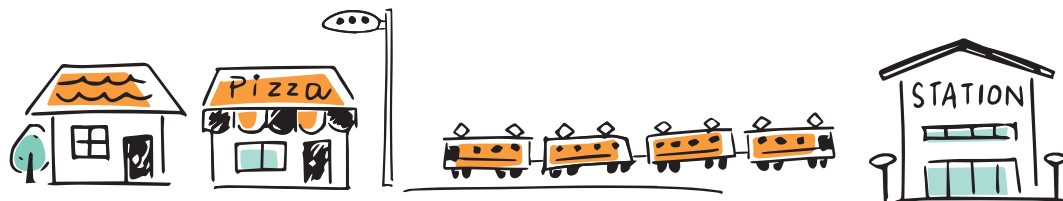
日 付：令和5年9月15日(金)

場 所：JR昭島駅から5分 庭園一車屋一

時 間：14：00～15：30(貸切)

出席者：15名

この場所は人里離れた庭園の美しい場所で、中華と和風のレストランもあり、落ち着いた静かな雰囲気の中楽しい一時を楽しむことができました。



### 3. 駅近茶話会

日 付：令和5年9月26日(火)

場 所：J R国分寺駅中セレオ9F“オリーブハウス国分寺店”

時 間：14：00～15：40

出席者：26名



駅中で行ったのは立川に続いて2カ所目で、利便性が大変良く買物ついでに参加出来たと、10年ぶりの参加者にも喜んで頂きました。

会場確保に苦労しましたが、各自好物をオーダーし和気藹々交流を深める事が出来ました。



(志水記)

### 支部の予定

#### \*第26回西東京支部通常総会

1. 日時：令和5年11月23日(木・祭日)10時受付開始
2. 会場：京王プラザホテル八王子4階【錦の間】
3. プログラム(予定)

総会 10：30～11：00

Q&A 11：00～12：30

会食 12：50～14：30 ※情報交換、懇親を目的とする。

☆最後にマジックショーで不思議(@\_@)・と笑い(^^)

※今回の総会はQ&Aに重点を置き、装着して間もない方の不安、経験をしてきた方の様々な体験を話し、回答者の先生、技士、機器会社の皆様からご指導を戴く貴重な機会です。是非ご出席をお待ち致しております。