

辛い過去を経験に

木更津市立清川中学校 三年 桐木 結衣

あなたは、「起立性調節障害」という病気を知っていますか。また、学校に通えていない、いわゆる「不登校」の学生のことを、どのように考えていますか。

私は、中一の夏休み頃から、体が思うように動かせなくなり、体調不良が続いてしまったため、病院を受診したところ、「起立性調節障害」と診断されました。この病気は、思春期前後の子供に多くみられる、自律神経の機能失調による病気で、中高生の約一割が発症するといわれています。症状や重篤度は様々で、私の場合は、朝中々起きることができなかつたり、頭痛や腹痛、吐き気、めまい、食欲不振、手足のしびれや冷えなどの症状がありました。また、人目や音、光などに敏感になってしまい、家から外へめったに出なくなりました。

病気を発症して、学校も休むようになった私は、体の不調に加えて、沢山の複雑な感情とも闘い続けなければならませんでした。

学校を休む、罪悪感。

何もできない自分への、嫌悪感。

様々な治療法を試しても、全く良くならない、絶望感。

もう、どうしようもないくらい、痛くて、苦しくて、悲しくて、辛い。そんな日々を過ごすうちに、私は自分が生きている意味を考えるようになりました。そして、考えれば考えるほど、「死にたい」「消えたい」そんな感情に支配されていき、私は人生のどん底に落ちました。

そんな私がいスタートできたのは、ある漢方薬局の先生との出会いがきっかけでした。その先生が処方する漢方を飲んで、私の体調は少しずつ、でも確実に良くなっていき、マイナスな感情しかなかった私の心も、少しずつ前向きになることができました。

しかし、この作文を書いている今も、私は「起立性調節障害」と闘っています。今だに完全には治っていません。学校には、週一くらいのペースで通っていますが、教室には行けておらず、別室登校をしています。勉強もかなり遅れているし、頑張りたいくても、頑張れないことが、沢山あります。

それでも、真剣に自分自身と向き合って、自分の本音を知って、私は、もう一度前を向いて歩き出せるまでに回復しました。ここまで回復できたのは、家族を始めとする、私を支えて下さった方々のおかげです。本当に、ありがとうございます。

「起立性調節障害」や、「不登校」に悩む子供達は、年々増加しています。また、病気や学校を休むことに対して、理解がある方も増えてきているように感じます。その一方で、インターネットなどでこのような内容を調べると、誤解やマイナスなイメージの情報が少なからずあることも、事実です。

「学校を長期間休むこと」は、良いことではないかもしれませんが、しかし、悪いことでもない、私は思います。なぜなら、その状況になったのには、必ず何か原因があると思うからです。それぞれが抱えているものは違います。きっと、そう簡単に「不登校」にはなりません。何かしらの思いが、あると思います。だから、どうかその子を責めないで下さい。話を聞いてあげて下さい。話してくれないなら、話してくれるまで、待つてあげて下さい。きっといつか、言葉にして伝えてくれるはずですよ。

体も心も限界で、どん底だった私は、そんな過去を、今では自分を強くするために必要な経験だった、ととらえられるようになりました。いつの日か、過去の自分と同じような悩みをもつ子に、大丈夫だよ、と自信をもって言えるような人になりたい。これが、今の私の夢です。