

ママブルーのサイトに来ていただいている、KOMEさんの体験記2話目です。

## 2.入院から息子を引き取るまで

息子の入所からすぐ、私も入院しました。

入院当初の記憶はほとんどありません。

ただ、食べて、薬を飲んで、寝て、便秘に苦しんでいたことだけ覚えています。

家族以外の人と会うのは「とんでもない」という感じで、お風呂やトイレ以外は、ずっと個室を出ませんでした。

本当に、生ける屍という状態だったと思います。(ずっと後になってから妹に、今度は本当に治らないかと思った、と言われました。)

それでも、少しずつ状態は良くなってきて、「良くなれる」という希望が持てるようになりました。

「良くなって早く息子と一緒に暮らせるようになりたい」と思えるようになりました。音楽も聞けるようになりました。

人とも話せるようになりました。

1ヶ月半経って、息子の所へ面会に行くこともできました。

結局、3ヶ月半の入院の後、夫と二人だけの家に戻りました。

病院では、ずいぶん良くなったと感じていたものの、閉鎖された世界から一歩現実の世界に戻ってみると、全然ダメでした。

近所から子供の声が聞こえてきただけでも落ち込み、赤ちゃん連れの元気そうなお母さんを見かけたりなんかしたら、それはもうどん底でした。

家にこもりっきり、一日中寝てばかりの生活、寂しくて心細くてしかたがありませんでした。

唯一の希望といえば、息子に面会に行くことでしたが、最初のうちは、それさえまなりませんでした。

しばらくして、薬を変えてもらおうと、急に元気が出てきました。

その時は「これで良くなれるんだ。もうすぐ息子と一緒に住めるんだ」と喜び、積極的に外に出て行ったり、夜遅くまで家の中の整理をしたり・・・。

それが、薬の効果で一時的に気分がハイになっているだけだとも知らずに。

1ヶ月ぐらいで、無理をしたつげが溜まってドスンと落ちました。

そりゃそうです、何ヶ月もずっと寝たきりの生活をしていて体力が落ちているのに、急にフル回転で動き回ったのですから。

すごくショックでした。

調子が悪くなったというショックでさらに落ちました。

それから、2～3ヶ月うつが続いて、充分休まると1ヶ月ほど好調になって、また疲れるとうつになって、という波が繰り返してやってきました。

私の場合は、1日のうちでの気分の上下や、短い周期での調子の上下はなかったように思います。

実のところ、その頃の記憶もおぼろげです。

うつの波をコントロールできるようになるまでには、ずいぶん時間がかかってしまいました（ほんとにこの1年半くらいです）。

無理をしてはいけないと言われて、自分でもわかっているつもりでも、調子が良くなると、ついついオーバーワークしてしまって、また落ちる、その繰り返しでした。

薬も大量に飲んでいました。

抗うつ薬だけで1日に20錠近く飲んでいた時もあります。

調子が悪い時には、ただただ「良くなって、家族3人一緒に暮らすんだ」という希望だけを頼りに過ごしていました。

それでも、ほんとに少しずつ、今はしょうがないんだと諦めたり、開き直ったりできるが増えるにつれ、波はありながらも全体の調子は少しずつ上向きになって行ったと思います。

息子が1歳半になった頃には、乳児院から一緒に外出をする許可がありました。

2歳前には、家に連れて帰って一泊させることができるようになりました。（主人と一緒にいられる土日だけです）

徐々にその泊数や回数が増えていき、息子が乳児院を退所しなければいけない2歳半になった時には、自宅へ引き取ることが決まりました。

本当は、まだ引き取る自信はなかったのですが、児童相談所の方に、「乳児院のあとは、養護施設に預けることになる。養護施設は、年齢も18歳までと幅が広く、面会も乳児院ほど自由にはできない。」と言われて、決心しました。

（続く）