

生きてる証、ストレス発生

加藤 誓 (ちかい)

パソコンが快調になり、暫くはストレスフリーの状態であった。しかし1週間と持たなかった。今回のストレスは、どちらも、雨に関係していた。車のワイパーが切れ新品に取り換えたが「ビビリ音」が発生した。フッ素コーティングの防止剤を塗ったが直らない。この件は、ゴムを反対に付けたら直ったが、それに気付くまで雨の日は鬱陶しかった。これは、大したストレスではなかったが、次のが大変であった。



食事療法で4Kgほどダイエットに成功したが、抵抗力がなくなったのか、太ももに発疹ができた。楕円形の膨疹で赤く痛みがあった。これは、帯状疱疹に違いないと思い、以前から

持っていたヘルペス用軟膏と飲み薬で1週間かかったが、何とか治った。ところが、別の太ももにまた同じような発疹ができた。その次に上腕にも出た。上腕のは、2つ並んで出来、膨疹の真ん中に針で刺したような点があった。ひょっとしてと思いインターネットで調べてみた。「あっ！

これは、帯状疱疹ではなく、ダニだ！」ヘルペスの薬が効いたのではなく、ダニによる発疹は1週間経てば治るのだ。

蚊やゴキブリなど虫にはマンション生活20年間、困ったことはなかったため、虫刺されは全く想定していなかった。



今年は例年より長雨が続き蒸し暑い日が続いたため、ダニが発生したのかもしれない。そう思ったら、気持ちが悪く徹底的に部屋中のダニ退治にかかった。

ベットにダニ退治のスプレーを何回も散布、ダニ防止マットを敷き、シーツの交換や掃除機での吸引、特に枕と上布団の処理。タンスにもマットを敷き、下着などは再洗濯、衣装にもスプレーし、日干し。更に衣装ケースとその中の物全てを処理。床カーペットもスプレーと掃除機での吸引。最後にクローゼット、引き出しを開けばなし、噴射式駆除殺虫剤で全ての部屋を2時間締め切り駆除を実施した。



ストレスは気の持ちようで良くなるというが、「痛い」と「痒い」のはだめである。

完璧主義もストレスには良くないというが、蚊やダニ駆除は完璧でないといけないのだ。

突然、浜松の先輩のニヤツとした顔が浮かんできた。

「ダニは徹底的にぶっ殺さないといけないとだめ、だにー」