

松本医院で治療を続けながら、結婚、出産、育児を  
経験された方の経過報告。

## 「アトピー克服という目標に向けて」松原明美 43 歳

2016年2月16日

私は赤ちゃんの時からアトピーだったようです。オムツかぶれ等があったと聞いています。幼い頃は汗疹が出ていたことや、何らかの肌のトラブルがあったことを覚えています。高校生の時に自分ではっきりとアトピーと自覚するようになってから松本医院を受診するまで10年近くはステロイドの止められない生活が続いていました。松本医院を初めて受診したのは、結婚식을4カ月後に控えた時のことでした。「彼の前でステロイドを塗りたくない、ステロイドを塗らずに生活ができるのならば」とステロイドに代わる別の塗り薬という感覚で受診したことを覚えています。そんな軽い気持ちではありましたが、初めて松本医院からアトピーやステロイドの話、脱ステロイドを始めると必ずリバウンドが起きること等の話をお聞きして、全て頭の中にスーッと入ってきて内容が良く理解でき、もちろん不安もどんどん膨らんでいきましたが、ステロイドをやめて漢方を始めようと強く決意しました。

リバウンドはステロイドをやめたその日の夜から始まりました。かゆみ、むくみ、体のほてりが日に日にひどくなり、1週間程で首のあたりがじゅくじゅくになり、2週間後には仕事に完全に行くことができなくなりました。体中がどす黒くほてり、顔は家族にも見せられないくらいにぱんぱんに腫れ、家の中でもサングラスをしていました。とにかく皮膚を空気にさらすだけでも刺激を受けてしまうので夏だというのに、全身衣服で包み両手も手袋や軍手を色々試して、肌なじみのいいものを身に付けていました。夜は痒くて眠れず、保冷剤を体にあてたり夜な夜なゲームで気を紛らしたりしていました。全身痒いので当然かきむしった皮膚が部屋に落ちて掃除をするのも大変でした。それでも2週間に一度は母に付き添いをしてもらいながら松本医院まで1時間程かけて通っていました。おしゃれを楽しみたい年頃だったので、電車の中で見かける夏らしい恰好をした同年代の人がうらやましくて自分の姿が本当に情けなく辛かったことを覚えています。

私の身の回りの世話や愚痴の聞き相手は、母が全て受けてくれました。漢方風呂の準備をしてもらい、当時は1時間半ぐらい入浴していたので、途中で様子を見にきてくれたり、飲み物を持ってきてくれたり、まさに母と二人三脚の

生活でした。薬も朝晩二回全身に塗ってくれました。「背中がちょっとましになってきたね」とか「背中はこの部分はほんまにきれいやわ」等、励ましの言葉をたくさんかけてくれました。私の決心が固いと感じたのか反対は一度もされたことはありませんでした。当然、結婚式も延期となりました。自分勝手な行動で婚約者や婚約者の家族、関係者には本当に迷惑をかけてしまいました。最初のリバウンドの山は、2、3ヶ月で越える事ができました。その後、元々結婚退職を予定していた職場に、退職日まで数日間でしたが、復帰することができました。退職後もリバウンドのない程度に仕事を始めることができました。婚約者とは何度も喧嘩をし、別れ話も出ましたが、「昔の私を知っているから」と約2年後になんとか無事に結婚式を挙げる事ができました。

結婚後は環境が変わったこともあり、新しいアレルギーとの戦いは続いていましたが、なんとか普通に生活を送ることができました。毎年スギ花粉の季節にはアトピーがひどくなってしまいますが、結婚4年目の時に冬場からひどくなりだし、「またもリバウンド再来か？」とも思うぐらいひどい状態になってしまいました。そんな最悪の状態の時に今度は妊娠していることがわかりました。こんな身体で無事出産し、育てていくことができるのか、不安やストレスがたまり、またつわりもひどく、けっして楽ではない妊娠生活でした。血圧が高く、妊娠高血圧症と診断されました。かゆみがひどく座り込んでかいていると子宮が収縮する様子もわかりました。そして、妊娠後期の検診で赤ちゃんの育ちも小さく、お腹も張っていると言われとうとう入院することになってしまいました。担当の先生はアトピーと高血圧の関連に興味を持たれているようでした。その後退院することなく病院で陣痛を迎えました。出産時に血圧が高くなるようならすぐに帝王切開に切りかえると言われていましたが、幸い上昇することなく、また赤ちゃんも小さかったため、わりと安産で無事に男の子を出産することができました。産後すぐに実家に帰り、親子でまた母親の世話になりました。普通なら親元で休養されるのは1カ月ぐらいだと思いますが、私の場合、実に4ヶ月も居座ってしまいました。その間、漢方風呂もたいてくれましたが、まだ血圧が高かったため、あまり長風呂をすると心配し怒られたりもしました。オムツ換えや沐浴など殆ど母に頼りっきりの情けない新米ママにできることはただ母乳をあげることくらいでした。松本先生には母乳で育てた方が良いと言われ、頑張って母乳を与えました。確か母乳を通して異物を赤ちゃんの体内に取り入れた方が良いということだったと思います。先生からは息子もアトピーになる可能性が高いとも聞いていたので、息子に乳児湿疹がでた時も慌てず私と同じように漢方風呂のしぼり液と赤の薬を塗ってあげ、身体に湿疹がでた時はベビーバスに漢方風呂を入れ水遊びの代わりにさせたりしました。息子が1歳の誕生日を迎え、その数カ月後の春過ぎ頃から私の身体に変化が見え始めました。いつの間にか痒みがましになり、アトピーもみるみる楽になり、ようやく長い長いアトピー生活が落ち着き始めました。

その後、4年程は冬場の乾燥や花粉に苦しむ程度で普通でしたが、どうい

訳か4年後の5月中旬頃に突然顔が痒くなり、みるみる臉は腫れ、顔全体がばんばんに腫れあがってしまいました。まるでステロイドをやめた最初のリバウンドの時と同じような顔になってしまいました。また家の中でもサングラスをかけ、引きこもりのような生活を送るはめになってしまい、息子が幼稚園から帰ってきて、ズーっと家の中で遊ばせていました。松本先生に相談すると、中国から飛んでくる黄砂が原因であるかもしれないと言われました。私もなるほどと思いました。また、4年も普通に生活を送ってこられたことに対して油断もあったのだと思います。花粉や黄砂が飛んでいるのに、もっとマスクを着けておけばよかったと後悔しました。もう殆どアトピーに苦しむことなく生活を送ってきたのに、またこんなにひどくなるなんて……。今回ばかりは正直かなり落ち込みました。ですが今までの経験から、身体の中で異物との戦いが終われば必ず良くなるとわかっていたので、ひたすら耐えました。我慢の末、徐々に臉、顔の腫れが治まり、夏前には、夏にはちょっと早い日焼け程度の顔にまで回復することができました。

息子も一度だけひどくアトピーが出たことがあります。幼稚園で田植えの体験があったのですが、田植えから数日後に腰から下の田んぼに浸かっていた下半身に痒み、むくみが起こり、特に膝の裏をかきむしり、じゅくじゅくになり、とてもひどくなったことがあります。おそらく田んぼに含まれる肥料等が原因ではないかと思っています。私が経験した事と同じように息子にも辛い日々を過ごさせてしまいました。息子がステロイドを使ってはいけないと私が幼い頃から教えているので、わかってくれていて、何とか頑張って耐えてくれました。今でもたまに足首が痒くなり、搔きだすとじゅくじゅくになる程かいてしまいますが、搔くだけ搔いた後は黄色の塗り薬を塗り、大判の絆創膏を貼っていれば、簡単に治すことができます。

息子を通して、ステロイドさえ塗らなければアトピーは決してひどくならないし、慢性アトピー性皮膚炎の病名自体存在しなくなることが、よくわかります。ステロイドを塗り続ければ、私のように慢性アトピー性皮膚炎になるし、ステロイドを塗らなければ息子のように一過性のアトピーで過ごせると親子でステロイドの怖さを実証しているような気がします。

現在、松本医院との出会いから17年経ちますが、アトピー克服まであと一歩のところまでできていると思います。リバウンドがひどくて本当にくじけそうになることもありました。今日もステロイドを塗らなくて一日過ごせた、その積み重ねと日々重ねていく小さな自信が、アトピー克服という大きな目標を達成する原動力になったのだと思います。26年間ステロイドを塗り続けた失敗を、26年かけて取り戻すつもりで、これからも頑張っていきたいと思っています。松本医院と出会って、ステロイドをやめるぞと決心し、まわりにたくさん迷惑をかけて、今日の私があるのだと思います。最後になりましたが、松本先生、これからもずっとお元気でいてください。そしてアトピーをはじめあらゆる病気に苦しんでおられる方をたくさん救ってくださいね。