

辛いリバウンドを経験され、どのように皮膚がきれいになったか部位ごとに記録されています

「家族に支えられてアトピー完治まであと少し」

小田 祐輝 29歳

2015年11月15日

はじめに

この治療をするのに一人では辛いと思います。支えてくれる人が傍にいるべきです。私の場合は家族です。拙い見苦しい文章ばかりだと思いますが、少しでも、役に立てればと思います。

アトピー歴は20年位

小学低学年辺りに発症しました。詳しくは覚えていないですが、ずっとステロイドの塗り薬を使用していました。紫のキャップ or 青いキャップのやつでした。当時は薬の塗り方など気にもしていませんでしたので、適当に塗っていました。しかも症状が無い部位にも塗っていました。それを最初からしていたので、ずっとそのように塗っていました。「安全祈願のお守りよりも、ステロイド」と言わんばかりに持ち歩いておりました。寝る前なんかは、ステロイドで全身に膜を張ってから寝る、そんな感じでした。

「ずっとこのままだろう。アトピーは治らないってよく耳にしていたし。」そんな風に考えながら日々を過ごしていましたが、ある日ふと、「本当に塗るのをやめよう。そしたら治るんじゃないか？」って思ったのです。確信なんて無かったし、松本医院の存在も、もちろん知りませんでした。ただ、ただ、塗るのが面倒になったからって感じでした。

そこからネットで色々と民間療法的なものから調べ始めました。「すぐ情報が手に入る時代なのになぜもっと早く調べなかったの？」と思われるかもしれませんが、ダラダラ続けていたのは、普通に生活できていたからです。「アトピーの本質を調べよう」なんて気が、まったく起きなかったのです。

日に日に酷くなる私の姿に不安を覚えた母が、松本医院を引き当ててからが、私の戦いの始まりであり、本当の意味で本格的な治療の始まりでした。サンキ

ユーマザー。

私が松本医院の治療を始めたのは、2013年の5月頃です。その2ヶ月程前から、ネットの知識のみで独学治療をしている最中に、脱ステロイドに切り替えていたので、すでにリバウンドの症状がある状態からスタートしました。ストレスは良くないのですが、仕事でバリバリ、ストレスを溜めながら脱ステロイドをしていました。社畜なので休みませんでした。バカでした。これを読んでいる方はご自愛下さい。

症状一覧

全身に炎症があり、皮膚は赤い。なんというか、内側からズキズキした痛み。かき傷で関節部分が腫れて、曲げるのが痛い。顔と首は皮膚が剥がれ、乾燥し真っ白でボロボロ。背中、両肩、脇辺り、鎖骨辺り、腹回り、腕、尻、内もも、ふくらはぎ、足裏をかきむしる。両手の皮膚の8割くらいはあかぎれだらけでした。

2013年7月13日 ～ 2014年1月6日

まさに私のまだ短い人生の中でですが、間違いなく最低の生き地獄でした。かきむしって、床一面が剥がれ落ちた皮膚だらけになり、常に体の内側がズキズキ痛み続け、リンパ液で体中ベトベトし、痒みのせいで小一時間眠れるかどうかの日々でした。

一日のサイクルとしては、まず出勤するぎりぎりまで掻きむしる。(ベルクスロン、抗ヘルペス剤ですかね。飲んでいました。) タオルを巻いて衣服にリンパ液がつかないようにする。仕事の帰りは駅から歩いて50分くらい軽い運動をする。気休めですが野菜中心の晩飯を食べる。そして漢方風呂に入る。これの繰り返しでした。

まあ一日中、合間、合間にかきむしっていましたね。治療上で特に制限はありませんでしたが、この時期はまだ半信半疑でしたので、「健康的な生活を心がけるべきだ」と思い、仕事の休憩時に缶コーヒー(糖分、中性脂肪...)を飲むのをやめたり、運動したり、野菜食べたり...ほんと気休めでしたが...。心が折れないように自分でやれるだけの最善を尽くそうとしていたのです。まあ治療に関係なく心がけるべき事だと思いますけど。

痒みはもちろん辛かったです、寝られないのがもっとも辛かったです。ですから、私は漢方風呂で寝ることにしました。幸い浴槽は足伸ばせないほどの狭さで、ちょっとした溺死対策をするだけで何とかなりました。風呂の時間が至福の時でしたが、追い炊き機能がないのが残念でした。だから、眠れたのはせいぜい4時間ほどでした。寝るというより気絶でしょうか？今思うとかなり

危険なことですね。皆さんはマネをしない方が良くと思います。当然起きたら水風呂になっていました・・・。かなり寒かったですが、風邪はひきませんでした。不思議ですね。ちなみに風呂に入っている間、痒みはかなり和らいでいました。ですが私は全身を搔いていました。あえて皮膚を剥がしてました。「皮膚を剥がす方が患部に漢方が染み込みやすい」と思っていたからかもしれません。それが良いことかどうかは、先生に尋ねていませんでしたが、その後の消毒と塗り薬を塗ると、その時だけは肌がツルツルになっていました。すぐにこの皮膚を取り戻せると、指先で感触を確かめていましたね。

フザけた書き方になりますが、精神的にはいつノイローゼになってもおかしくない毎日でした。家族が部屋の掃除、煎じ薬と風呂を用意してくれて、支えてくれたのでなんとか耐えました。

2014年1月7日 ～2014年5月26日

リバウンドは一度だけではなく、人によっては繰り返すものらしいと聞いていた私は、「自分の場合はステロイドをお守り代わりに所持して結構使っていたから、その影響があるだろう」と思って覚悟していました。しかし、ひどいリバウンドは一度だけで、あとは綺麗になった部位が、またちょっとぶり返す・・・、この時期はそんな感じでした。リンパ液があまり出なくなり、全体の痒みが少し和らいで寝られるようになり、だいぶ楽になっていたので漢方風呂も毎日ではなく休みの日だけに切り替えていました。確かこの時期に入ったあたりで、扁桃腺炎になって39度～40度近い熱が出ました。もちろんその時も松本医院で処方箋をいただきました。もしかしたらこれが引き金となったのでしょうか？徐々に良くなりました。

傾向としては、まずに、体中の炎症が治まり、痛みが消えて、痒みが徐々に消えていきました。(消えていない部位もあります) 消えた順番は、ふくらはぎ>腹回り>足裏>ひざ裏>太もも>尻>腕>背中>脇肩>鎖骨>ひじ>首>手>顔でした。基本搔いている箇所は赤いプツプツだらけでした。ふくらはぎ、脛のあたりは搔いて赤いプツプツだらけでしたが、あるとき急に痒みが消えたのです。「お？一時的に消えたか？また来るのか？こなくていいぞ！」って感じで思っていたのですが、これ以降は無くなりました。

現在まで搔き傷の傷跡が少しずつ癒えていくといった感じでした。この時期からこの部位に赤、黄色の塗り薬は塗らなくなりましたね。腹回りは綺麗になってはプツプツが出て、また綺麗になってというのを何度か繰り返した後、綺麗になりました。ふくらはぎと同じで塗り薬は必要なくなりました。足裏は指の間、かかとにあかぎれが常にあり、痒みがありました。でもいつのまにか綺麗になっていて、以降は仕事で足が蒸れたときに皮がめくれるだけで、あかぎれも痒みも無くなりました。

ひざ裏は搔き過ぎて腫れやかさぶたができたせいで、曲げるときは本当に痛かったです。座るときも伸ばしていないと耐えられない程でしたが、徐々に良くなりました。内腿あたりは、この頃だんだん良くなっていたので、搔きむしっても治る治る！って感じで調子こいて搔いたら、焼けるような激痛がきて、悶絶しました。そのあと綺麗にはなりましたが。

お尻は昔から汗疹のような感じになることが多くて、ブツブツだらけでした。まあそれも全部ステロイドのせいですね。リンパ液が多く出ていましたが、繰り返すうちに綺麗になり、汗疹みたいな症状すら出なくなりました。

腕も赤いブツブツだらけ。リンパ液プシャーを繰り返し、また搔きすぎによる悶絶が再来しました。ですがここもその後スーと綺麗になりました。搔きすぎて腕の毛が無くなっていたのですが、また生えてきました。そのままでよかったのに・・・。

背中と脇、肩ですが、酷い場所は脇裏の付け根周辺から肩までが、あかぎれとブツブツだらけで、この部分は風呂でもよく搔いていました。ここもあかぎれが治ってから、ブツブツが消えるといった感じでした。

鎖骨周辺も同じですね。脇肩鎖骨にあかぎれがあった時期は腕を動かすのが辛かったですね。ひじの内側も腫れてあかぎれがブツブツがありました。この時期に腫れとあかぎれが無くなりました。ですが、痒みとブツブツはまだ継続していました。

首もリンパ液がすごかったです。ブツブツというより皮膚がボロボロで見ると耐えない状況でしたが、症状がなくなる時は“いつの間にか”なので、朝起きたら、「あれ？治ってる？」って感じでした。露出が多い部分がひとつ綺麗になった時は本当に嬉しかったです。痒みは髭を剃った後、痒いなと思うくらいになりました。

手はあかぎれだらけでしたが、徐々にカサブタだらけになりました。まだ痒みはあるものの、ひどくなることはなく、綺麗になりました。ここから現在まで一度もあかぎれにはなっていませんが、仕事上ゴム手袋をするせいでかぶれます。ですから、たまに痒くなる感じです。

顔はやっぱ一番遅かったです。リンパ液でパックをしているような状態でした。耳も一皮めくれていましたが、この時期にはリンパ液が出なくなる程度まで治っていました。痒みはまだ継続していました。皮膚のボロボロ具合は少しマシになった程度でした。しかし今思い返すと、どの部位も搔きむしりまくっていたのにもかかわらず、血はほとんど出ていなかった気がします。血の代わりにリンパ液なんでしょうね。ステロイド使用時にはちょっと搔いただけで、血が出ていたのですが。皮膚自体が本当に別物になったように感じ始めた時期でもありました。

2014年5月27日～2014年11月10日

この時の血液検査では TARC という項目が追加されました。成人の基準値は 450 未満で 700 以上なら中等症以上だそうです。簡単に言うと“皮膚に出ない隠れた炎症の数値”で合っていると思います。これが高いと“見た目は綺麗なのに、痒みが消えない”という状態になります。事実この時期は、パッと見ではアトピー患者には見えないほど綺麗になっていました。最初に処方された煎じ薬もこの時期に成分を少し変えてもらいました。漢方風呂は必要なくなりました。しかしまだ痒みは完全には消えていませんでした。炎症と痒みは、ほぼ決まった場所のみでした。ひじの内側と顔だけです。状況的には 8 割以上治っていると思っていいのかな。

2014年11月10日～現在

ここから調子に乗って怠慢になった時期がありました。現在までにもう一度採血したのですが、検査報告書を無くしました……。そして変わったところといえは、炎症が顔のまぶた周辺だけになったくらいです。本当にあと少しです。最後の追い込みだと思しますので、気合を入れ、頑張っ完治させたいと思います。

| | H25/5/18 | H25/7/13 | H26/1/5 | H26/5/25 | H26/11/9 | H27/7/25 |
|------|----------|----------|---------|----------|----------|----------|
| IgE | 801 | 1204 | 748 | 283 | 195 | 104 |
| TRAC | | | | | 806 | 750 |