

## 食生活を工夫して治療中の方の経過報告。

### 「クローン病手術後、漢方と鍼灸で

完治目指して」 福田浩 35歳

2017年3月21日

2017年3月現在、ようやく仕事も開始し、体重は55kgになりました。漢方煎じも手慣れたもので、じっくり煎じて濃い目にするとう効果高い事がわかりました。下痢症状に悩まされた日々も過ぎ、痔瘻も安定してきて便の状態も普通便寄り、ウェルシュ菌を抑えた調理法を実践しています。日々の食事制限は鶏胸肉メインで（皮はダシとして利用）。御坊と蒟蒻は不溶性食物繊維の塊の為避けます。炒め油は一切使わず野菜の生食は避けます。鮮度がよければ握り寿司（長次郎寿司）は大丈夫ですし、ラーメンや焼きそば、チャンポン麺はかん水や油脂とスパイスに注意して外食できます。

発症は2016年8月末、ガスも便も出ない身動き取れない程の極度の腹痛になり、腸閉塞疑いで緊急入院しました。9月半ばに小腸大腸クローン病と宣告を受けました。狭窄部位手術の為、10月11日に実績の高い病院へ転院し、再検査され回盲部付近に狭窄部位と病変もいくつか出ており、19日に手術を決定しました。

入院中クローン病について調べていくなかで松本医院を知り、ステロイド治療や免疫抑制剤であるヒュミラやレミケード等は良くない事を知り、医師に使わないで欲しいと言えた事も早期完治への一歩だったと思います。

入院中は絶食・絶飲、2ヵ月間近く鼻からチューブ管を腸まで入れ定期的に内容物を抜いたり、腕や首から点滴をしたりと過酷でした。

この原因の大半は私生活に於けるストレス（最低労働時間12時間以上でした）による過剰な副腎皮質ホルモン（ステロイド）の分泌と、食品にあると考えます。よく食べていたマーガリン入りのパン（マーガリンは分子構造がビニールと同じという恐ろしい食品で開発国のドイツでは既に廃止）やお菓子やパンによく入っているショートニングも体に害を与える要因なのです。入院中にヘンプオイルで回復できた話を聞き、術後に試したら回復率が上がった事を実感できました。医療用として覚醒作用を持たない大麻の茎から作られたヘンプオイルは癌や数々の病に対して治癒力を高める効果をもつオイルで国産品もありました。

ようやく11月から食事制限内の液状の食事から徐々に形ある食事へ変わり

7日午前中に退院（退院時体重48kg）しました。1日1本、2週間分エレンタールを処方され自炊の食事制限をしつつ12月から松本医院を受診すべく高槻市に転居し13日、念願の松本医院に行きました。

多くの方々が手記に記された通り何とも言えない院内の匂い・・・部屋の奥からの「おまえな」「あほか」「病気作っとんの誰や」「あほんだら」「わしはペテン師や」と様々な罵声・・・そして罵声の主とのご対面で8割方は入院中想像通りの院長先生で安心しました。

「わざわざ九州から来ることあらへんでえ」と言われ色々話した後、「治るから」と握手を交わし、完治を目指し免疫力を高める治療が始まりました。鍼灸は鍼にドキドキしますが終えてみるとスッキリし楽になっていくのがわかります。鍼はツボ押し効果と理解していましたが、お灸は軽い火傷を作ることによってそれを治そうという治癒力を高めさせる効果があるらしく、総じて鍼灸により免疫力が高まるわけですね。

院内の匂いはお灸で使うモグサが燃えた匂いでしょう。1月17日～2月半ばの4週間に渡り漢方に加え、フラジール錠剤処方によりガス発生率減少し、下痢症状も改善されました。フラジールは下痢症状を起こすウェルシュ菌（腸内にいる悪玉菌の中でも酸素を嫌う嫌気性菌というタイプです）の細胞分裂を阻害し増殖を抑える効果があります。そのため、悪玉菌優勢であった腸内環境が改善されガス溜まりや下痢症状が改善されることです。

ウェルシュ菌は水にも、野菜にも（特に根菜に多い）、肉や魚にも存在して熱に強く煮込み料理では酸素が少ない為に増殖が早いそうです。翌日のカレー、おでん、シチューといった食事はウェルシュ菌を沢山食べる結果となります。対策としては直ぐ冷ますか保温するなら70℃以上にするとうまいそうです。一番繁殖する温度は37℃なので、体温がウェルシュ菌の適温ということになります。また一般的には大した影響がないウェルシュ菌の数でも、炎症を起こした腸には多大な悪影響を生じてしまうそうです。

#### 血液検査結果

	2016.12.13	2017.1.17	2017.2.25
CRP	0.35	0.29	0.05 以下
血沈	12	12	12
リンパ球	20.6	22.8	29.3
Hb	12.8	13.2	13.6
赤血球	404	415	432

変化無しだが炎症は無いに等しい数値でリンパ球値も上がり正常値の40%まであと少しです。冷え症の改善を実感しています。赤血球数値もようやく基準値に入り納得でき、次の3月12日分の血液検査結果を期待できます。

私は入院中病院で治療開始前に松本医院を知る事ができ幸運でした。事実身体の状態や手術前後の不安に対して希望を持たたのは回復に向う方々の手記でした。自らも完治目指して何かしらの役にたてればと思います。

残すはヘルペスウイルスです。クローン病を患ったことで、ストレスを溜めない無理のない適度な休息をもつ生活（安全な食事）を送ることが大切だと改めて実感しています。次は完治した手記を書かせていただきます。



