

リウマチ治療で抗癌剤服用に疑問を抱き
松本医院を受診された方の詳細な経過報告。

「私のリウマチ治療記録」 匿名希望 Y 47 歳

2015年3月30日

私のリウマチは10年ほど前の右足小指の痛みに始まりました。朝起きて階段を降りる時、痛くて一段ずつしか降りられない……。しかし、それ以外の痛みはなく仕事にも支障がなかったので、会社帰りに整骨院に通い、自然に痛みも治まったので私の中でこの出来事はすでに忘れ去られていました。

ところが、2012年10月。今度は右足中指に痛みを感じました。この時、10年前の右足小指のことを思い出し、念のために整形外科に行って診てもらうことにしました。そこでの診断は「関節リウマチ」。リウマチの指標となる数値は比較的低く、痛みも右足の中指のみでしたが、10年前の右足小指に骨びらんの形跡があるというのが診断の理由でした。最初、先生の口から「リウマチ」と聞いた時の私の頭の中は「？」だらけ。「リウマチって、おばあちゃんの病気でしょ？」と。先生にもその場でそう申し上げたところ、リウマチについて懇切丁寧に説明してくださいました。それは、リウマチは治らない病気だが、現在は進行を遅らせる治療ができる、というものでした。数値が低いので、リウマチかどうかの判断は専門の大学病院で判断してもらおうほうがいいとのことで、大阪市内の大学病院を紹介されました。そして翌年の2月に大学病院の門をくぐったのでした。

大学病院では、診療所のデータとレントゲン写真、今回新たにとった血液検査の数値、それらをリウマチ判断の指標(?)に照らし合わせ、結果、ギリギリですが「関節リウマチ」、と診断されました。そして治療方法は、数値は低く痛みもそれほどないのでまずは「進行を遅らせるもの」になりました。すなわち抗がん剤の一種「メトトレキサート」の投薬です。(メトトレキサートは週に一日だけ服用する。)処方された時、根本的な治療法がないということに納得いかなかったし、指標ストレスでリウマチと診断されたのに、そんな抗がん剤を飲まないといけないのだろうか……。?という疑問がありました。でも現在の医療ではこれが第一選択薬だと言われると、患者はその治療方針に従うしかありません。

副作用の説明をしていただいて、ますます不信感が募りましたが、これしかないのだからと自分に言い聞かせながらこわごわ飲み始めました。当初は気づ

きませんでした。いつのまにか、薬を飲んだ翌日(日曜日)は必ず昼寝を何時間もするようになっていました。昼寝をしないと体がだるい……。これはおかしいということに気づきました。また、今までなかったような胸(胸骨?)の痛みや、ついにはこの副作用が出てきたら薬はストップと言われていた、口内炎まで出てきてしまいました。その時は、副作用を抑えるフォリアミンを処方してもらったりと、ごまかしながら飲み続けていました。しかし、ある日、口内炎が再発した時、先生に「この薬が合わなければ、もっといい(=キツイ)薬があるのでそちらを検討してもいいから」と言われました。

この一言で目が覚めました。「このまま進行を抑えるだけの治療をしても治らない。反対に副作用で体を壊す。」ということに。体は正直です。抗がん剤で体が悲鳴を上げているのです。自分で自分の体を守らないと。そして、今の医者の治療方針を鵜呑みにするのではなく、何とかできないのか、と考え始めました。もともと漢方治療に興味があったので、漢方を中心にネットでいろいろと調べ、その結果松本医院にたどり着きました。それは最初の投薬から丸2年が過ぎようとしていた2015年3月のことでした

2015年3月1日。

初めて松本医院を訪ねた時、あの階段と漢方の匂いに驚きました。私は最初、副院長先生に診ていただいたので、院長先生には直接お会いしませんでした。と言っても、お隣で診察されている先生のパワフルな声に圧倒されてはいましたが……。治療方針については、すでにHPで勉強していたので「自分の免疫で病気を治す」ということについては納得済みでした。そのための大量の2種類の漢方、お灸のもぐさ、紫雲膏、入浴剤等。かなり値は張りましたが「これで治るのならば決して高くない」と考えるようにしました。

初診の時、鍼灸を初めてしてもらったのですが帰りの電車の中で何とも言えないダルさと眠さに襲われてしまいました。何とか無事に自宅へ帰り、さっそくその日の夜から指示された通り漢方を煎じ飲み始めました。漢方は每晚煮出して食前と食後に飲み、お灸は朝、会社に行く前にお灸をして出勤するようにしました。幸い、私が痛みを感じていたのは右足指先だけでしたので、お灸をする箇所は非常に少なく、両手両足をしても20分ぐらいで終わることができたので助かりました。こうして今までの西洋医学のお薬とは決別することになりました。

以下は漢方を飲み始めて最初の2か月間の一週間ごとの体調の記録です。

2015年(3月)

1週目 仕事中、時折背中にだるさを感じる。右足の痛みはお灸をすると治まる。お腹が緩い(漢方の影響か?以後ずっとこの症状有)

2週目 月曜日の会社帰りのバスの中で、酔ったように頭がフワツとなる。夜寝る時も、軽いめまいのような感じに襲われる(熱でくらくとする感じ)。寒

さのためか、左足指の関節も痛む。顔を無意識に搔いている時がある。

3週目 左右の足の関節の痛みは変わらず。右足の裏が痛い時もある。背中も時々痛い。頭がフワツとなる。顔を無意識に搔いている時がある。朝にお灸をすれば痛みが軽く、その日が楽に過ごせることに気づいて、この週から毎朝お灸をすることにした。

4週目 朝方に寝汗が続く。この週は右腕上腕や左足ふくらはぎの外側のだるさや、右足関節の痛みが強い。リウマチのだるさで初めて会社を一日休む。

5週目 会社でホチキスを扱うのに一苦労（初めての経験）。右の手首と右腕上腕部に痛み。手荒れが出ている。

6週目 右足関節の痛みは変わらず。とにかく下痢状態がひどかった。

7週目 朝起きる時に体全体がだるい。下痢状態が続いている。

8週目 久しぶりに腰痛が出た。首の髪の生え際にぼつぼつと湿疹。左足付け根の関節と背中に痛み。歩く時、左足のふくらはぎにつたかのような激痛有。

メトトレキサートをやめて漢方に変えた最初の2か月は、薬で抑えていたリウマチの痛みが出てきた月でした。ただし、薬自体の副作用がなくなったので、気が付いたら週末に何時間も昼寝していた・・・ということがピタッとなくなりました。どれだけ薬の副作用が体に負担をかけていたか、お分かりいただけると思います。もし、あのまま投薬を続けていたらと思うと本当に恐ろしいです。薬は毒にもなる、というのを身に染みてわかりました。（と言っても、お薬で助かった経験もあるので西洋医学のお薬の効能を全否定はしません）3か月以降については、GWや旅行等でアクティブに過ごしたので症状の記録を残していません。しかしながら、旅行中もお灸や漢方のお茶は途切れさせずにきちんと処方通り行うことは忘れませんでした。その甲斐あってか、5か月目を過ぎた7月に念願のアトピーが出現。以下、アトピーに関する週ごとの記録です。

（7月）19～20週目 右手と方に激しくアトピーが出だす。かゆい。何年ぶりかというような夏風邪をひいてしまった。

21週目 左手にもアトピーがでてきた。疲れやすい。

22週目 両手首までアトピーが広がる。左手の指がものすごくかゆい

（8月）23～24週目 両手首のアトピーを掻きすぎて痛い。還元湯の素がかゆみを抑えてくれることを発見。お風呂に毎日入れることにする。シルクの手袋の着用も始める。時々体が痛い

25週目 月曜日、会社で体に疲れ（だるさ）を感じてかなりつらかった。アトピーは花盛り。

26週目 週の前半はアトピーが最悪。ビワエキスがアトピーに効くと聞いたので試してみる。手首はいい感じだったが指はかゆくなった後痛くなったので

合わない判断し、ストップした。

(9月) 27週目 指を掻きすぎて痛くて曲げるのがつらい。週後半は背中に痛み。疲れやすい

28週目 週後半はアトピーが少し落ち着く。足が少し痛い(リウマチの痛み)かゆみがきつく、掻きすぎてヒリヒリ感がある。手がかゆくて夜中に必ず目が覚めてしまう。週半ばで紫雲膏がなくなってしまう、ピンチ!お盆中は、24時間ずっとシルク手袋をしていたからか症状は落ち着いている。手に赤み。掻きすぎて左手指関節が痛い。右足も痛いので、久しぶりにお灸をした。チベット体操を始めた影響か、アトピーの掻いた跡が、丸い傷跡に変化。

(10月) 31週目 時々左手親指の付け根に違和感。そのため、つかばってしまう。お風呂に入ると、両膝あたりにかゆみが出て掻いてしまい、ひっかき傷ができてしまう。

32週目 アシクロビル増量の影響なのか、気持ちが悪く体調悪し。チベット体操も一時中止。

33週目 アトピーの症状は軽くなった感じ。シルク手袋をしなくてよい時間ができてきた。

34週目 ほぼ、手首だけのかゆみになってきた。

(11月) 35週目 アトピーはかなり落ち着いてかゆみは時々ある程度。だが金曜日に再発。

36週目 左手の甲のところに少しアトピーがあるくらいで、ほぼ落ち着いている。シルク手袋をしていない時間が多くなった。

37週目 かなり調子がいい。会社での手袋はなくても過ごせるようになった。そのかわり、右足にリウマチの痛みが出てきた。週末には、右足の膝上あたりと肩がしびれたような痛み。唇に、できものができた(ヘルペス?)

38週目 再び風邪をひいてしまった。

最初は右手の甲の部分が少しだけかゆくなり、掻いていましたが、そのうち指にもかゆみが出てきて・・・という感じで最大両手の手首ぐらいまでかゆみが広がっていきました。ただ、幸いなことに両手のみの出現でほかの部位にはほとんど出ませんでした。しかも、かゆみは両手の左右対称に出てきました。おそらく、毎年花粉症の時期に手荒れもあって薬を塗っていたのでその影響で手に出たのかな、と思います。本当に、このころはよく手を掻いていました。特に指は、両手を組んでお祈りするようなポーズの状態で指先を伸ばして指の間を高速ですり合わせる(ハエみみたいな感じ?)をすると最高に気持ちよかったです(苦笑)それにしても、私のリウマチの痛みはリウマチの特徴である左右対称には出ず(右足だけ)、代わりにアトピーは左右対称に出現・・・とはな

んとも面白いな～と思いました。

このアトピーの時期が一番つらかったのですが、松本理論の通り、まさに痛みがアトピーに変化していったようで、このころはほとんど痛みはありませんでした。なので、自然にお灸はしなくなりました。ただ、ヘルペスとおぼしき痛みはあったので、アシクロビルと漢方の煎じ薬を毎日欠かさずしっかり飲んでいました。アシクロビルは私の体質に今一つ合わないようで、先生の処方される量を飲むと下痢になってしまいました。そのため、私の体質に合う量を自分で見つけて、その分だけ飲むようにしました。

ここで、アトピーのかゆみについてですが、私が実際に使用し、かゆみの緩和できたと思えるものをリストアップしておきたいと思います。参考にできる方は参考にさせていただければ嬉しいです。

①シルクの手袋

シルクには体内の毒を出す「排毒作用」と体外にでてきた毒を吸着する「吸毒作用」があるということを知ったので、試しに使用しました。綿でも良いと思いますが綿には体内の毒を出す「排毒作用」はないそうです。丁度、ネットで手首が隠れる長さのシルクの手袋を見つけたので購入（結局期間中5双買いました）。アトピーピーク時は一日中このシルクの手袋をつけていました。仕事場（経理事務）でも、夜寝る時もです。痒い時はもちろんシルクの上からポーリポーリと掻いていました。翌朝、シルクに血がにじんでいることも……。昼間は掻く時の力を調整できますが、夜寝ているときは無意識なのでこのような悲惨な状態になりがちだと思います。ところが、この手袋のおかげか、掻き傷もそれほどひどくならずすんでいたと思います。また、掻き傷が治った後の皮膚の感じもアトピー独特の皮膚の状態から、早く通常の皮膚の状態に戻りやすかったのではないかと思います。ただ、シルクは繊細な繊維ですので、すぐに汚れるし、摩擦で破れるし・・・と、大変です。しかし、マメに手洗いし、ほころびは手縫いでつくろう等、丁寧に扱えばそれなりに持ちます。そして、その手間暇をかけるだけの価値はあったと思います。一つ注意点としてあげるならば、シルクでも軍手のようなシルク（シルクのくず糸を撚り合わせたもの）もありますがこちらはダメです。こちらのほうが安いのですが、ゴワゴワ感が却ってかゆみを刺激して逆効果になってしまいます。とりあえず、直接身に着けるもの（下着）は合成繊維のものは避けて、天然繊維（綿100%）のものを使用することをお勧めします。

②還元湯の素

これはアトピーのかゆみを緩和するのに大変重宝しました。もともとお風呂に入れる入浴剤ですが、使用量は、基準の量より少なめでも十分効くので、一袋で1ヶ月くらいは使えます。私はお風呂以外にも、洗面器にお湯（水）をはり、

そこに湯の素を4～5粒入れて溶かした状態のものをお風呂場に置いておきました。そして、日中に手で手を洗った後には、かならずこの洗面器の水で最後に手をすすぐようにしていました。こうすることで日中に突然襲ってくるかゆみを軽減できたと思います。おそらく手のかゆみは、水の中に含まれている塩素による刺激も一因にあるのではないかと思います。塩素を湯の素で中和してあげることによって、かゆみを軽減することができたのではないかと考えています。ただ、天然の硫黄の匂い（卵の腐った匂い）が強いので温泉好きの方にはたまらなくいい香りですが、苦手な人にはキツイかもしれません。

③チベット体操

これは、ラマ僧が修行前に行う儀式を体操として体系化したものです。これを行ってから、アトピーの状態が変わりました。それまで、擦傷が全面的にあったのが、ぽつぽつとした、丸い傷口に固まったような状態のものが増えました。この体操が治療にどう影響したかは具体的にはわかりませんが、その後、アトピーも終息に向かったので・・・何かしらの関連があるのかもしれない。ただ、非常に単純な5つの動きの体操の割に、リウマチの私には負担が大きかったようで、体が慣れるまでかなり時間がかかりました。気分が悪くなったこともあります。健康な人ならば3回から初めて1週ごとに2回ずつ増やしていき、10週で完成形（21回）になるのですが、私は半年たった今でも7回が限界です。それ以上すると、息が上がってしまうのです。

もしされる場合は、ご自分の体調と相談しながら無理をせず3回でもいいのでゆっくり行ってください。そして体に合わないと思われた時は、潔く中止してください。ちなみに私は年内はずっと3回でした。

このように、漢方を毎日飲み続け、色々自分なりにかゆみ対策を工夫しているうちに夏が過ぎ、秋になり、そうこうしているうちにアトピーのピークも過ぎていきました。2015年最後の診察時に「中間レポート」を書くように言われました。3月1日に松本医院の門をたたいてから10か月。当初の目標だった、「1年以内にレポートを書く」という密かな目標を達成した瞬間でした。もちろん、中間レポートですので完治したわけではありません。

アトピーも少なくはなりましたが、まだ軽く出ている状態です。数値的にリウマチは落ち着いていますが、自分の免疫はまだ弱い状態です。仕事勤めをしているので、ストレスから逃れることは難しいかもしれませんが、これからも免疫を上げていく治療に専念して、完治を目指したいと思います。

なお、私は独身で親と同居していますが両親は高齢のため、家族に協力を期待できる状態ではありませんでした。治療費も会社勤めの薄給から捻出していたので、一年で結果を出す、という強い意志をもって背水の陣で治療に取り組みました。リウマチのレベルが低かったことも幸いしていたと思いますが、無事一年以内に当初の目標は達成することができました。今治療中の方、そしてこれから治療を受けようと思われている方には、どうか「自分の免疫で治す」

という強い決意と行動力をもって治療に当たっていただきたいと思います。必ず、松本理論は応えてくれると思います。と言いつつも、私自身まだ治療途中です。免疫が完全に回復して、リウマチが治るまで、先生、これからもどうぞよろしくお願いいたします。

P S

平成27年度の確定申告で人生初の医療費控除を受けることができました！初めてなので、ちょっと嬉しいw。年間治療費が10万円を超えたら、確定申告で税金還付。皆さんもぜひ、申告してくださいね。(仕事柄どうしても、こういう話になってしまう・・・)