

「リウマチ手記」匿名希望 42歳

2013年10月4日

膠原病(リウマチ) 治療中間報告

”自らと間違った医療がつくりだした膠原病”

はじめに

仕事での過労とストレスのためか長年の頸椎捻挫の後遺症と思っていた肩こり、頸部の痛みが酷くなり、その治療のため間違った医療を選択したがために膠原病(リウマチ)を発症し、アキレス腱付着部断裂というおまけまでついてくる始末でしたが、松本先生が論証されている通りの原因により膠原病を発症し完治に向かうまでの中間報告と自己免疫疾患などは存在せずストレスと間違った医療により病気が作られ、そして必ず完治すると確信するに至った私の手記です。

このような手記を書くにあたり、私自身、患者さんの手記を読んで一番知りたかったのは果たしてどのくらい治療に時間がかかるのか、具体的にはいつクラススイッチするのか、いつ自然後天的免疫寛容にいたるのかです。リウマチ完治までの中間報告として松本先生が常日頃おっしゃっている以下の点に留意しながら、手記をまとめました。また最初に発病から現在までの症状、治療内容、免疫抑制とCRP値を時系列にして整理しました。

- 遺伝子がどれだけクラススイッチしないように抑え込まれてきたか？
(医者が出した薬をどれだけ使ってきたか？病気になるまでにストレスに耐えるためどれだけ自分の副腎皮質ホルモンを大量に作り続けたか？)
- 治療中にどれだけ免疫を回復する努力をしたか？
- 心の持ち方

発病から現在まで

2008年6月～2009年3月(10か月) 超初期症状

免疫抑制：仕事とプライベートで激しいストレス

症状：自律神経失調症、線維筋痛症(首、肩、胸の痛み)

CRP：データなし

2009年4月～8月(5か月) 症状の進行

免疫抑制：脱サラ独立起業、ペインクリニックでの治療

症状：花粉症の症状が無くなった、線維筋痛症の症状が無くなった

CRP：データなし

2009年9月～2010年3月(7か月) リウマチ初期症状現る

免疫抑制：非ステロイド系痛み止め一日3回服用、仕事(起業当初の重圧)

症状：坐骨神経痛、アキレス腱炎、手の指の腫れとこわばり

CRP：3.13(2010年1月)

2010年4月～2010年9月(5か月) リウマチ治療開始

免疫抑制：プレドニゾロン(ステロイド)5mg/日、ステロイド注射、抗リウマチ薬(MTX)8mg/週、TNF- α 阻害薬(エンブレル)25mg/週、仕事

症状：右アキレス腱が断裂した以外は痛みがなくなった

CRP：0.77～0.05

2010年10月～2010年12月(3か月) 松本医療での治療開始

免疫抑制：仕事、右アキレス再建手術

症状：上半身のこわばりと左手薬指の腫れ痛み、左アキレス腱の痛み(初めてのリバウンド)

治療内容：漢方、ベルクスロン(抗ウイルス薬)、その他は右足ギプス固定しているため断念

CRP：0.05～0.27

2011年1月～2011年12月(12か月) 小さなリバウンドの連続

免疫抑制：仕事

症状：左手薬指の腫れ痛みと、上半身の痛み、掌小指球あたりに痛み

治療内容：漢方、薬湯、鍼灸、ベルクスロン(抗ウイルス薬)

CRP：0.76～1.56

2012年1月～2012年12月(12か月) 小康状態

免疫抑制：仕事

症状：関節の痛みはほとんどなく、軽いスポーツができるまでになる

治療内容：漢方、薬湯、鍼灸、ベルクスロン(抗ウイルス薬)

CRP：0.77～1.48

2013年1月～2013年9月(9か月) 激しいリバウンド

免疫抑制：仕事

症状：両手首、左足指の付け根の痛み、上半身の痛み、喘息→頭にアトピー

治療内容：漢方、薬湯、鍼灸(週1から2回に増)、ベルクスロン(抗ウイルス薬) CRP：4.13～3.78

予兆

2008年4月～12月

上場企業、それも落ち目の中堅企業の役員を引き受けたがために仕事でこれまでにないストレス、またプライベートでも問題を抱えており、忙しく心穏やかに過ごす時間が全くありませんでした。この頃、体の不調、微熱を感じる時が多かったように記憶しています。それは自律神経失調症のような症状でした。また胸部に肋間神経痛のような痛みが時々あり、鋭利なものが突き刺さったように強く痛むので近医(整形外)を受診するも原因が解らず、心臓疾患を疑われ有名な循環器専門病院で検査を受けましたが依然として原因不明でした。

12月後半には頸部の痛みと、上半身の強いこわばりのため朝ベッドから起き上がれない日がしばしばあり、車の乗り降りも辛く、バックで駐車するとき首を後ろに向けられないほどの激痛に見舞われました。

公私ともに多くの問題を抱えており、それがストレスとなり自らの免疫を抑制し、ヘルペスを増殖させその後、線維筋痛症を発症していたのだと思います。

間違った医療へ

2009年1月～4月

1月、今までの肩こりとは違いあまりに頸部の痛みがひどかったので、再度近医を受診しレントゲン、MRI等の検査をしましたが原因不明、最後は某東大関連の大病院を紹介されましたが原因不明とのこと、痛み止め（ロキソニン）を処方されるも以前から肩こりに対し処方されており、対症療法でしかないと解っていたので服用はしませんでした。

2月、会社役員を辞任し退職、4月には独立起業するなど再び忙しくたえず興奮状態の日々が始まり、いつの間にか上半身の痛みをあまり感じなくなっていました。

2009年5月～8月

仕事もひと段落し余裕ができたころ、再び上半身、特に肩こりと背中への痛みが気になり始めました。原因不明といわれたこともあり、近医を受診するつもりがなかった私は人の勧めもあり、ペインクリニックで慢性の肩こりなどに効果があるという、星状神経節ブロック注射、局所の痛みをとるトリガーポイント注射を始めました。局所の麻酔注射には少なからずステロイドが含まれていることを後になって知り、当時の主治医に確認しましたが、ステロイドは一切使っていないとの回答、しかし半年近く、毎週一回は注射していました。

子供のころからの花粉症の薬、肩こりが酷い時の非ステロイド系痛みどめ、今まで経験したことのないストレスを受け、度重なる間違った医療とストレスによりついに膠原病への階段を登りはじめたのだと思います。予断ですが、この年と翌年の3月は、毎年悩まされていた花粉症の症状が出ませんでした。

膠原病発症

2009年9月～12月

坐骨神経痛かと思われる痛みと、右足アキレス腱付着部に鈍い痛みが出はじめ、日増しに酷くなり、整形外科を受診するもよくあるアキレス腱炎との診断で痛み止め（ロキソニン）を処方され服用を始めました。ペインクリニックは注射の苦痛ばかりでありあまり効果を感じなかったので、通院を止めました。12月頃にはびっこを引いて歩く状態、このころロキソニンを一日3回服用していました。

2010年1月～3月

右アキレス腱の痛みは日増しに酷くなり、左アキレス腱にも痛みが出始め、痛み止めをボルタレンに変え一日3回以上は飲まないで痛くて外出できない状態、

また仕事柄、海外出張に行くことが多く、疲労と時差ぼけが重なり眠れないのでボルタレン座薬と睡眠薬で痛みをごまかしていました。流石に半年もアキレス腱炎がつづくのかと医師に相談するも、慢性化しており症状は長引くのでできるだけいたわるようにとのこと。3月には左手薬指が朝こわばり日中腫れて痛むようになりました。この頃から膠原病を疑い、再度医師に相談し血液検査をしました。CRP値以外に異常はないが関節リウマチが疑われるとのこと、ステロイド（プレドニゾン）3mg/日が処方され服用を始めました。今思えば自ら膠原病ではないかと願いでたがために、医師に関節リウマチと診断しやすくしてしまったかなと思います。

自分が関節リウマチだとは信じられず、片っぱしから膠原病、免疫に関する文献をインターネットで検索し、時には論文を取り寄せて読み漁りましたが、真実の医療を知らない私は、抗リウマチ薬やTNF- α 阻害薬による早期治療によりかなりの確率で病状が安定し、「寛解」する可能性があるとの、言葉を信じてしまいました。私はこの「寛解」という言葉の真実を見抜くだけのインテリジェンスをもちあわせてはいなかったのです。

無知で愚かな私はいっそ自分のアキレス腱を食べて経口免疫寛容でも起こらないかとバカなことを考えるほど悩んでいました。

最悪の選択

2010年4月～6月

4月下旬、寛解を目指して欧米基準の早期治療を謳うリウマチ専門医を受診しました。問診と血液検査データだけで、リウマチでしょうと確定診断、その場でステロイド注射（ケナコルト）をされました。痛いのはアキレス腱と左薬指ですが肩に注射されました。直接アキレス腱は断裂の恐れがあるとのこと、右アキレス腱だけは痛みが取れませんでした。15分程度で全身の痛みこわばりがなくなり、恐ろしく即効性があるなど怖くなったのを覚えています。

5月、初診時に受けた血液検査はやはりCRP以外すべて正常値でしたが、早期診断基準に基づいて抗リウマチ薬（MTX）8mg/週とプレドニゾン（ステロイド）5mg/日が処方されました。

その後、足を滑らし右アキレス腱の痛みが増悪し歩けなくなり、右アキレス腱にステロイド注射をしてしまいました。

6月、MTX12mg～16mg/週に増量、ステロイド5mg/日。

肩に一回、右アキレス腱に3回、合計4回のステロイドを短期間に注射した結果、忘れもしない21日（月）、階段の下りで、右足腫に激痛が走りました、まさかとは思いましたが診断の結果右アキレス腱付着部の不完全断裂。完全に断裂していないので、手術はせず保存療法で様子を見ることになりました。

間違った医療との決別

2010年7月～10月

7月、MTX18mg～20mg/週に増量、ステロイド5mg/日、新たに6月末からTNF- α 阻害薬（エンブレル）25mg/週が処方されました。

治療開始当初から副作用の強い薬をできるだけ早く辞めたいと思っていましたが、右アキレス腱が切れたことにより、すべての薬からの離薬を決意し、医師に相談しましたがまだ早いとのこと、しかし病院のエレベーターで一緒になったご婦人の「お若いのに大変ね、私なんか目までおかしくなって」との言葉が頭から離れず、リウマチで目が悪くなるわけもなく、頼りになるのは自分自身だと思い、以下のプランを立て無謀にも実行することにしました。また同時に西洋医学以外の治療方法を探し始めました。

7月：ステロイド5mg→2.5mg /日、その他は継続

8月：ステロイド中止、その他中止

9月：完全離薬

8月、MTX20mg→16mg/週、ステロイド2.5mg/日→中止、エンブレル25mg/週。

リウマチ症状は切れた右アキレス腱以外は左足アキレス腱に多少の痛みがある程度でした。ステロイドを止めてから二週間程して、かなり辛いリバウンド（全身の倦怠感と疲労感、関節の痛み）が始まりましたがなんとか中旬には中止できました。しかし血液検査の結果GPT（ALT）の値が105もあり肝臓に影響がではじめており、医師の指示によりMTXを16mg/日に減量。

このころやっとインターネットで松本医院のホームページと出会いました。そこには今までにない詳細な説明、患者さんの手記、そしてなによりも自分が求めていた原因が論理的に明確に記されており、自分一人ではたどり着けなかった結論に達することができたと感じました。最初は少し半信半疑でしたが、先生の論文を読み進めて自分の病状と照らし合わせるとまさにその原因と結果が納得のいくものでした。しかし足のこともあり神奈川→大阪という距離に躊躇しました。

9月、MTX16mg/週、エンブレル25mg/週。

リウマチの症状はほとんどなく、切れた右アキレス腱も順調に回復していましたが、不注意により半分残っていた右アキレス腱に瞬間的に全体重がかかり完全断裂。リウマチ専門医の紹介先医師によると、踵骨付着部から断裂しており、リウマチがボロボロであろうから人工靭帯を用いて補強し再建手術を行うとのこと。「ううむ」疑問がいくつも頭をよぎりました。

この時やっと、いまさらながら現代の間違った医療と決別する決心をしました。また右アキレス腱断裂直後からすべての薬を中止しており、手術まで一週間、術後もしばらく入院することを考え、この機会に思い切って松本医院に行く決意をしました。週末、右足を引きずり松葉杖で大変ではありましたが松本先生のお人柄にも触れられ、ここからが本当の治療の始まりだと強く思いました。

余談ではありますが、現代の間違った医療、そして医療業界が利益至上主義の産業であることを痛切に実感したアキレス腱再建手術について書くことにしま

す。

人工靭帯による再建手術に疑問があったので、ちょっと調べたら Leeds-Keio 等の人工靭帯を用いた膝前十字靭帯再建の中期成績があまり良くない、一方で強度が約 1800 ニュートンと非常に強く、私の体重 86kgf で片足に最大約 900 ニュートンかかるとしても余裕の強度、また関節外では自家腱補強でよく使われるらしいのですが、人工物を体内に入れたくない、もし人工靭帯が再断裂したら手術が大変であろうとの理由で断ることに決めました。人工靭帯を使わない、他の術式で対応できないか担当医に質問しましたが、「あなたのアキレス腱はボロボロなので人工靭帯以外は無理、また当病院では他の術式は行わない」と冷たくあしらわれました。K 大系の先生で自分たちが開発した人工靭帯にどれだけ自信があるか知りませんが、他院への紹介もなく患者本位でないその対応にほとほと嫌気がさしました。

すぐにリウマチ専門医に他院の紹介を依頼しましたが、靭帯は専門外なので、他に聞いてくれとの対応、アキレス腱ボロボロにしておいて何たる不誠実対応、紹介先を断った私に自分の利益にならないことはしないよと言っているようで、訴えるかとも思いましたが、自分の責任でもあり、無益なことだと気持ちを入れ替え自力で他院を探し、最終的には自宅近くの医大付属病院で受け入れてくれることになりました。肝心の術式は第一選択、切れた右アキレス腱を踵から附着部に穴をあけ糸を通して引っ張り固定。第二選択、もしアキレス腱がボロボロで長さが足りなければ、脛脛の筋膜で補強し第一選択と同じ方法で固定。いづれにしても自分が希望した術式で手術していただけることになりました。医療業界が善意にみちた人々であふれ、病気で苦しむひとのために利益度外視で日夜働く、このような理想と現実が大きく異なることは頭のどこかで理解はしていても、いざ病気となれば人は藁をもすがる思いで医療業界に善意を求めるのでしょう、私もその一人でした。勿論多くの医療関係者が寝る間も惜しんで努力されていることは知っていますし、それを否定はしません。しかし真実とは何か、最適な決断とは何か、自分の身は自分で守るために、自らの頭で考え決断しそのことに責任を持つことが必要だと改めて実感しました。

一進一退

2010 年 10 月～12 月

10 月、右アキレス腱再建手術も無事終わり、二週間入院することになりましたが、自分を見つめなおすには良い機会となりました。また漢方煎じ薬だけは妻のサポートもあり欠かさず飲むことができました。退院後、中旬には漢方、薬湯、お灸をやっと本格的にできる状態となり、リウマチの症状は良くなったり悪くなったり、週に一回ぐらい全身がだるく動くのがつらい日がありました。そんな日は決まって気絶するように早くから寝てしまう状態でした。上半身のこわばりと左手薬指の腫れ痛み、左アキレス腱の痛みが酷く、特に上半身のへ

ヘルペスとの戦いによる症状はとても辛いので、松本先生に抗ヘルペス薬を処方していただきました。

11月、相変わらずリウマチは良くなったり、悪くなったり。左アキレス腱の痛み、左手薬指のこわばりと腫れが酷いので、お灸をかなりしたせいか火傷でぼろぼろ。

ステロイド、抗リウマチ薬、TNF阻害薬での治療をはじめてから体調管理のため朝、体温を測るようにしていましたが、治療を始めた2010年5月ごろから体温が35度台になり、基礎代謝が悪くなったのかどんどん太っていきました。(5月76kg→2010年9月86kg)しかし、松本医療を開始してから体温が36度を下回ることがなく。体重も12月には79kgまで減少しました。

2011年1月～12月

1月、左手薬指、左アキレス腱の痛みよりも、上半身、特に胸と背中が酷く、クシャミが痛くてできないほど。

2月、気になっていた肝臓のGPT (ALT) 値もやっと正常値になり一安心。

3月、症状の振れ幅というか、痛みの強弱の幅が段々と小さくなってきたように感じる。

4月、暖かくなり心に少し余裕ができ、ここ1～2年の怒涛のような日々を振り返り、「中庸の徳たるや、それ至れるかな」と思いを新たに、ストレスを引き受けることができるよう心柔らかくなればと思う日々。しかし体の痛み、特にヘルペスとの戦いは一筋縄ではいかないようで、上半身の痛みが辛い。

鍼灸について触れていませんでしたが、松本医院で受ける治療とことなり、なかなか松本医療を理解し治療して下さる鍼灸院が見つからず、ほとんど治療を受けていませんでした。しかし5月から通い始めた治療院が良い印象だったのでしばらく続けてみました。そのうち今までまったく痛みがなかった両方の掌中心より下、小指球よりの辺りに痛みが出はじめ、入れ替わるように左アキレス腱の痛みが薄らいできました。

6月～12月、相変わらず左手薬指の腫れ痛みと、上半身の痛みは良くなったり悪くなったりが続く。

小康状態

2012年1月～12月

この期間はアキレス腱の痛み、掌の痛み、左手薬指の痛みは日常生活にはほとんど影響はなく多少痛む程度で、軽いスポーツ(ゴルフ等)なら問題ないほどの状態でしたが、明確なクラススイッチの症状もなく小康状態が続いていました。漢方、薬湯、鍼灸、抗ヘルペス薬と治療を続け、一進一退を繰り返してきましたが、どうやら私は自分でステロイドホルモンを出しすぎているようで、小さなリバウンドを繰り返しているようです。しかし漢方はまさに良薬口に苦し、薬湯での半身浴は通常浴とは比べ物にならないくらい体が温まり、お灸は骨まで熱が伝わると痛みがジンワリと和らぐ、いずれも副作用のない素

晴らしい治療です。唯一お灸の火傷だけは人目が気になりますが、ステロイド等による副作用におびえていたことを考えればそれもどうということはありません。そして11月になり右手首が痛くなり、日ましにリウマチの症状が強くなり始めました。12月には痛くて歯も磨けないほどでした。

変化

2013年1月～9月

右手首の痛みがひどく字もかけないほどになり、上半身の痛みヘルペスとの戦いも激しくなり、治療を始めてから小さなリバウンドが何度かありましたが、今回が一番ひどい状態になりました。しかし痛みと同時に喘息が出始め1か月くらいとまらず、喘息の漢方を処方していただいたら2週間程度で収まり、かわりに頭皮からふけが大量に出始め赤く炎症をおこしており、アトピーと思われる症状が出始めました。松本医療を開始してから2年、やっとクラススイッチシアトピーが出たかとうれしい反面、生来我慢強い方ですがリウマチとヘルペスによる痛みがととてもつらく、歩くこともままならず会社へは車で通勤しており、流石にへこたれております。

おわりに

現代の間違った医療について、今は何が間違いなのか、何が信じるに値することなのか、自分なりの考えを持っています。勿論、論理的なよりどころは松本医療にほかなりませんが、私自身の体で体験した事実は不変です。

松本先生との出会いはまさに、先生曰く全ての病気の完治への第一歩であり、かつ最後の一步。私はどうやら自分でステロイドを出し過ぎのようで、まだ完治までには時間がかかりそうです。

正直いつになったらこの痛みと「さよなら」できるのか、焦りやいらだちもありますが、不安や恐れはありません。

松本先生、スタッフの皆様ありがとうございます、
そしてこれからもよろしく願いいたします。

