

「リウマチ 間質性肺炎手記」 匿名希望 68 歳

2014 年 3 月 1 日

2009年右肘痛の治療のため接骨院に通っていた時に、先生から「リウマチかも知れないから、血液検査を受けた方が良い」と言われました。リウマチについては痛みを伴い進行すると関節が変形する不治の病と知っていましたので、その病名を聞いてかなりショックを受けました。リウマチはストレスや疲労も発症の原因になると知って思い当たる事がありました。還暦を過ぎてからの数年間、身の回りに起きた紆余曲折を思うとリウマチになる要素は十分にあったと思います。身体的には2007～08年にかけて歯のインプラント治療のために全身麻酔による3度の骨移植手術をし、3度目の術後は体調を崩しました。家庭内では主人と息子の確執、経済的事情もあって自宅の転居という一大事も重なっていました。それぞれに着地点を見つけて落ち着いてきましたが、渦中の心身の疲労は大変なものでした。その当時花粉症にも悩まされていて山に囲まれた新居移ったら症状が重くなるだろうと心配していましたが、引っ越し2年目に治ってしまいました。ごほうびを頂いたと思っておりましたが、今思うとあの時期に私の身体の中で逆クラススイッチが起って、アレルギーからリウマチに変わっていたのでしょうか。近くの総合病院の整形外科でレントゲンとリウマチの血液検査を受けました、検査の結果はリウマチの疑いはあるが診断出来るほどではないので半年後にもう一度検査を受ける様に言われました。

リウマチの疑いの段階なら少しでも発症を遅らせようと、心して穏やかに頑張ら過ぎない様にし、食事や睡眠など生活習慣を見直しました。半年は何事も無くあっという間に過ぎて一年が経とうとする頃に右肘には真綿にくるまれたような弱い痛みが四六時中でていました。この痛みは共存出来ましたがある日突然、右足裏に“ピッ”と足が床につけない程の激痛が走りました。意を決してリウマチの再検査に臨みました。結果はMMP-3が前回の4倍も数値が上がって、リウマチと診断されました。症状は緩和のために痛み止めのモービック錠と胃腸薬のムコスタ錠朝各一錠が処方されました。普段は薬を飲むほどではないので、足痛い予防のために外出する日に服用していました。飲んだり飲まなかったりしている内にまったく痛みのない日を過ごした後にその反動からか、だんだん痛みが強く感じる様になって、結局毎日痛み止めを飲む様になってしまいました。リウマチと診断されて半年後、8月の検査の結果CRPとMMP—3の数値が上がっていて「進行を抑えるためにリウマチ薬の中では一番弱い薬から治療を始めましょう」とアザルフィジンENが追加されました。リウマチ特有の朝の強ばりとか、対称の左肘にも痛みはなく進行している症状はなかったのですが身体の中の炎症反応が強くなっているこのアンバランスな状態は理解できず、兎に進行を抑えことが第一と考えて薬を飲み始めました。副作用もなく2ヶ月ご

との検査でも、ピーク時にMMP-3 (233.9) だった数値が僅かにさがってきていましたので薬を飲み続けていました。

ある日「9割の病気は自分で治せる」という本を見つけました。医者と製薬会社によって病気が作られるシステムを指摘し、患者に対しては医者と病気との向き合い方や自立を促す内容に病気や薬に対する意識が変わっていきました。まず「自分の命の責任は自分自信が持つべきである」と「文句も言わず定期的に通院し黙って薬を飲み続けてくれる患者、しかも命に関わらない、完治しない患者ほど医者にとって有難いおいしい患者だ」と言っています。そしてその「9割の病気は人が潜在的に持っている素晴らしい能力、自己治癒力を高める事で回復することができる」書かれていました。その9割の中にリウマチは入っていませんでしたが、私はまさに“命に関わらないし完治しないが薬を飲み続けてくれる”おいしい患者“そのものなのだと思うと何ともやるせない気持ちになりました。現に診察を受けると「これから先どんな痛みも対応できるようになっているから安心して下さい」と言われ、これからもずっと薬で症状を抑えながら、リウマチと付き合っていかなければならないのかと、漠然と思っていました。2011年の暮れ、先生から突然「今日から薬を変えましょう」と言われました、「症状が変わらないので薬を変えるのですよ」と言われても、これから先何年も薬を飲み続ける事を思うと、弱い薬の方がいいに決まっています。

今の薬で経過もいいのでこのままでとお願いしましたが、患者である私の言葉は無視して、それ以上の説明もなく、まるで決まっているかの様に処方せんを書かれました。これが医者と製薬会社のシステムなのかと思いやうな先生の行為にこれから先、薬のスパイラルに飲み込まれる様な怖さを感じました。仕方なく薬を頂いて帰ってきてもとても不安定な気分になり、このままでは服用する事でストレスになってしまいそうでした。1年4ヶ月も飲み続けている薬を急に止めても大丈夫だろうか、どうなるか先の事までは解りませんでした。唯ひとつはっきりしていたのは、私の心の中の「NO」という薬に対する完全否定の思いでした。何か強い力に突き動かされたように迷わず薬を止める事を決断しました薬を止めたことで、知らず知らず薬に縛られていた重圧から解放されたれて、心身はどんな事も受け入れられる解放感に満ちていました。

免疫力を高めるために、今までの生活習慣に加えて、ゆっくりと温泉に浸かったり、還元陶板浴にも通いました。月を重ねるごとに右膝の痛みが徐々に徐々に出てきました。その痛みで右腕もゆっくりしかあがらなくなり、右手にも力が入らなくなってきましたが左手でカバーをすれば重い物を上げ下げ出来なかったり、後ろに手が回らなかったり、不便はありましたが、なんとか生活する事ができました。日常の些細なこと、ペットボトルのフタを開けたり、かつを節を削る時などは無理をしないで家族に頼みました。そのうちにどんな動きが苦手なのか解かってくれて、進んで買い物や食後の片付けなど手伝ってくれるようになり、喜んで甘えていました。3ヶ月目頃から痛みが安定してきました。可動範囲が把握でき自然に身に付いてからは外出するのにも自信がつい

て、旅行に行ったり、長距離運転も出来て行動範囲が広がってきました。一番心配だった足裏の痛みはある日一度だけで刺すような痛みは、その後どこにも現れませんでした。生活全般をいろいろな面で動きやすいように工夫していくうちに、これならリウマチとずっと付き合っていられるかなと思える様になりました。一方で免疫をたかめて自己治癒力で病気を治していく自然療法が良い方法ならば、どこかにそうしてリウマチを克服した方がいらっしゃるのではないかと、もう一度ネットを開いてみました。「リウマチは治る」という患者さんの手記から松本医院のホームページに辿りつきました。

松本先生は漢方科の西洋医師でした。論文は難しくすぐに理解出来ませんが、「薬で免疫を抑えてはいけない」「漢方薬などで免疫を高めて自分の治癒力で完治させていく」「ストレスをなくす事が免疫を上げる事」と私の求めていたフレーズが並んでいました。何度も読み返すうち「免疫を高めることによって免疫の深遠な働きは、リウマチの痛みからアトピーの痒みに変わる抗体のクラススイッチを経て「自然後天的免疫寛容」に至るプロセスが解かってきました。そしてその理論はたくさんの患者さんの手記の中で実証されていました。その上血液検査によって病気の経過が測れる事もっとも確信を得たことでした。遠隔地から受診される患者さんの手記から各自の事情に合わせて受診出来る事も分かり、経済的な心配もクリアされました。手探りで歩いてきた1年3ヶ月、トンネルの先にやっと明りが見えてきました。

2013年4月12日 松本医院を初受診

混雑がはけた後なのか、静かな待合室に漢方薬の匂いと、時々怒声が響いていました。診察室には松本先生ともう一人いらして「息子です」と紹介して下さいました。息子先生が座っていて松本先生は立たれていました「一人で来たの、遠くから良く来たね」と「リウマチかストレスがあったのかな」と聞かれ「父子の確執が・・・」と答えると、息子さんに「こういうこともあるんだよ、な、ストレスにはいろいろあるんだよ」と言いながら隣室へ行かれました。患者さんの電話を受けているようでした。しばらく息子先生とのやりとりがあって私が「免疫を高めたくて」と答えていると「そうや、その免疫が大事なんだ、わかっているよ、この人」と言って隣から顔を出して会話に入ってきて又隣室に消えました。電話が終わってからは、ストレスがあると治療が遅くなること、間違った医療によって病気が作り出されていることや、薬の弊害など話して下さいました。薬によって病人を作り続ける医療や医療システムに話が及ぶと声が荒立ってくるそんなどこまでも患者サイドに立った熱血漢の医師お姿と、お話の合い間合に息子さんに向かって「そういうことだな、わかるかな」と念を押される、後継者を育まれる父親のお姿を拝見し、頼もしくもあり微笑ましくもありました。これからも理論と手記をしっかりと読むように言われ、最後に自信に満ちた大きなお声で「治したる。この世に治らん病気はない」と力一握手をして下さいました。診察後は採血をして鍼灸治療を受け自分でする

お灸の仕方を教えてもらい、1週間分の漢方薬と入浴剤、その他にもぐさと赤い軟膏を頂いて帰りました。鍼灸治療でリラックスした身体を新幹線の揺れにまかせながら、これまでの人生の節目には、いつも良い先生との出会いがあって導かれてきた来し方を思い、今、又老い迎える節目に松本先生に出会えた事が嬉しくて、安堵感に包まれていました。

1週間後電話をかけると、検査結果を見ながら「〇〇さんバリバリのリウマチや、間質性肺炎もあるな、心配ない、心配ないよ、治らん病気はないで」と言われました。本来なら驚くところですが、偶然間質性肺炎の方の手記を読んだばかりでしたので、私も薬の副作用があったんだと思う位の気持ちで聞いていました。自覚症状はないので細かい検査をしていただいてむしろ判って良かったという気持ちの方が強かったと思います。治療方は今のままの漢方療法で良いということでした。漢方薬は2日分を一度に煎じて食前に飲みました。

お灸は毎日すえました。自分ですえるお灸はどうしてももぐさが大きくなってしまい、熱くて唸ってしまいます。二の腕の見えないところは家族に協力してもらいましたが、気のせいか、人にすえてもらったお灸は、もっと熱く感じてしまい、鏡を使って全部自分ですえることにしました。肘の回りの痛いところどこにでもすえることが出来て痛みに対して速効性があるように思いました。お灸をした後が痒くなってきますが、これが痛みから痛みに変わる免疫のクラススイッチが起きていることのようにです。毎日お灸をしていましたので毎日痛痒い思いをしていました。痒かったらかいても良いと言われましたので、痒みは苦にはなりません。漢方風呂は長く入れば入るほど身体が温まり、全身の血行が良くなります。体温の低い私は、お風呂で汗をかいたことがなかったのですが、漢方のお風呂では、すぐに汗が吹き出てきました。長い時間お風呂に入れる様に、頭にタオル巻いて本を持って入りお風呂の時間は私の読書タイムになりました。日によっては、温まると身体中が痒くなって入浴中気のすむまでゴシゴシ擦ってしまうこともありました。そんな後のお風呂上がりは身体は軽く、一時痛みも痒みもなくなっていました。お風呂は週2回入っていました。漢方薬は電話で症状を伝え2週間分送って頂きました。

7月5日 2回目の受診

1週間前に友達から「知人がALSに・・・」と言ってきました。先生に開口一番「ALSも治りますか」と伺いました。「治らんことはないが、本人がストレスなど生活習慣を見直して根気よく続けられるかだ」と更に「では硬化症は」と伺うと「硬化症はヘルペスウィルスが原因だ」と教えて頂きました。重ねて先生は「金儲けでしているのではないから、私の理論を良く読んで治す気になったら来れば良い。病気は自分で治すもの、私は手伝うだけや」と言われました。そして私にも「病気は自分で治すや、いいね、必ず治る」と前回同様、力強く握手をして下さいました。採血の時腕のお灸の痕をみて「頑張ってるね、お灸はやってやり過ぎることはないから続けて頑張ってね、良くなるから、私もこ

この患者だったのよ」と体験談を聞かせてくれました。鍼灸治療では、前日草取りで痛めた腰も治して頂き爽快な気分で中学の修学旅行以来の奈良へ向かいました。

8月になってアトピーを出しやすい食後の漢方薬が追加されました。飲み初めは下痢ぎみでしたが、2、3日で治まりました。毎朝、日替わりのように頭だったり腕、首や背中に痒みが出てきました。アトピーになるのを待っていましたが、湿疹が出たり、一日中痒いということはありませんでした。痛みの強弱を表現するのは難しいのですが、右肘の痛みがなくなったわけではないけれど、右手の握力が戻ってきているので回復していることが良くわかりました。腕も上がるようになって又ラジオ体操が出来るようになりました。自然にお灸をすえる回数が少なくなってきました。8月は大半を地方にいる次男の家で過ごしましたので、漢方のお風呂にも入れませんでした。

9月24日 3回目の受診

痛みが軽減してお灸の痕がきれいだったので、鍼灸の先生から「お灸やめたの、変形したところも治るから続けた方がいいですよ」とご指導頂きました。採血をし、血圧を測ると170を越えていました。普段は低いので高い数値に驚きました。先生は「炭水化物を食べないで現在58kgまでの体重を50kgまで減らさない」と言われました。念のために高血圧の薬を頂いて帰りましたが、自宅で測ると120前後と正常に戻っていましたので服用しなくていいことになりました。ここから漢方療法にダイエットが加わりました。手と腕の力が更に戻って、重い物の上げ下げも出来るようになり、背中に手が回るようになりました。10月になって漢方の入浴剤が週一回になりました。

9月20日 4回目の受診

「いいですね、RFと血沈がもう少しですね、頑張りましょう」と息子先生が診察して下さいました。松本先生の治療を始めてから8ヶ月になりました。大好きな洋裁も熱中してしまうほど指先にもしっかり力が戻ってきています。何不自由なく普通に日常生活が送れるようになりました。一年前模索していた自分を思うと夢のようで嬉しい年の瀬になりました。

	4月	7月	9月	12月	基準値
MMP-3	224.9	138.5	89.0	47.4	17.3~59.7
CRP	0.87	0.57	0.22	0.25	0.30以下
RF	46	65	33	17	15以下
血沈	50	36	-	16	5以下
KL-6	931	806	695	690	500未満
(間質性肺炎)					

引き続き免疫を高める生活環境を維持して、リウマチの完治間質性肺炎の完治に臨みたいと思っております。最後になりましたが手記は自分自信を見つめ直すとても良い機会になりました。「ストレスをなくすことが免疫を上げること」ここが私の闘病の課題でもありました。2回目の診察の日松本先生は大きな声で「きれいな人だ」「賢い人だ」と何度もほめて下さいました。あの時は気付けなかったけれど、もっと自分に自信をもちなさいという先生流のメッセージだったのかなと思えるようになりました。これまでも他人から過大評価されて自信がない本当の自分とのギャップに悩んでいた時代もありました。自信がないから他人のせいにしたり、そとからの刺激にもあたふたと思い煩ってしまった結果、引き起こしたストレスだった気付くことができました。今までの自分を「何やってたんだ、ワッハッハッ」と松本先生のように笑い飛ばして、今からストレスのない本当の治療に入ります。「病気は自分で治す、医者は手助けをするだけ」松本先生の根本治療を確信いたしました。難病で苦しむ方々が一日も早く一人も多く松本先生に出会えますように心から祈っております。

松本先生、息子先生、鍼灸の先生、看護師の皆さま、いろいろお支え頂き本当にありがとうございました。
これからもどうぞ宜しくお願いいたします。