



[ Y . H . さんの巻 前 編 ( S . 4 8 生れ 女 潰瘍性大腸炎 鹿児島県在住 ) ]



<初めて電話を受けたときには必死さを感じました。いつこの病気が判ったのですか？>

平成七年七月でした。当時私は大学生だったのですが、排便異常が現れたのは五月のことでした。便に血が混じる粘血便が突然出始め、その回数が1日に20回にも及ぶようになりまして心配の余り近くの総合病院内科で受診しました。結果は「痔疾」とのことで一安心したものの症状は一向に改善せず、逆にひどい腹痛が現れるようになり、下血量が増え体重減少や高熱、膝関節炎にまで波及してくるなどやはりただ事ではありません。そこで今度は内視鏡精密検査をしました。すると結腸左半分全体に炎症を起こしていて「潰瘍性大腸炎」と判明したのです。聞き慣れない病名に戸惑っている私を急かすように緊急入院！点滴治療と食事療養、ステロイド坐薬やサラゾピリン服用と集中的な治療が施されました。その結果一ヶ月程で退院できるまでに回復したのですが、最後に主治医から「これは難病で根治は難しい。気長に治療しましょう。」と宣告され、言いしれぬ不安感を覚えて帰宅したのです。その後の通院は大学の近くの総合病院に替わり、薬のお蔭でそれほど悪化することもなく推移しました。特にお薬がそれまでのサラゾピリンから新薬ペンタサに替わった平成八年秋以降はそれとの相性が良かったのか症状はとても安定してきまして、無事に大学を卒業でき、就職を考えられるくらい好調に暮らすことが出来ました。

<その後弱りがあらわれてきたのですね？>

そう、就職のため出身地の香川県に戻ってからなんです。専攻の関係で児童福祉関連の施設で指導員として働き始めたわけですが、やはり学生生活のようにのんびり自由にはいきません。月数を重ねるにつれ、仕事上の悩みや対人関係等でのストレス、それに一日三交替制勤務という複雑さから来る肉体的疲労の蓄積や不規則でバランス悪い食事内容等が次第に私の健康を消耗していきます。細心の注意を払って治療も真面目に続けていたつもりでしたが、さすがに二年を過ぎる頃には限界に近づいていたのでしょう、粘血便や発熱を繰り返して症状を再発させてしまったのです。やむなく用心を取って早々に入院治療に入ることにしました。今回もまた腸の炎症がひどく、しかも範囲が腸全体に広がっていました。幸い二週間の絶食を含めた集中治療で一ヶ月後には回復し事無きを得ました。

<この病気の根深さを思わせますねえ。再発を繰り返す度に状態が悪化する難病と聞いています>

私の場合治療成績が良好なほうとのことでしたので、希望を申し上げてステロイド剤の服用だけは免除して頂きました。同じ病気の方々がその副作用で困ってられる姿を見てきまして、可能な限り避けたかったからです。思えば幼児期からしばしば下痢をしていて腸が弱かった私でしたが、とうとう抜き差しならないことになってきたようです。事ここに至っては会社勤めも続けるわけにはいかないだろう、と観念せざるを得ませんでした。そして丁度そんな頃私に縁談が持ち上がったのです。お相手はこの病気のことをよく理解してくれていた大学時代の友人でして、話はすぐにまとまりました。ところで彼は遠い川崎市在住です。となると、結婚と同時に引越をすることになります。僅か三ヶ月後のことです。さあそうなると急に身辺が忙しくなりました。慌ただしく仕事の後始末と退職、結婚準備、新居での暮らしの段取り。体に無理を強いていると知りつつ落ち着かない日々を重ねていましたところ、また微熱

に始まり、血便回数の頻繁化、手足の冷厥、倦怠感と危険信号が灯ってきたのです。遂に結婚式を目前にしてダウン、三度目の入院。事情が切羽詰まっていたので、今度ばかりは観念して強力なステロイド経口投与を受けざるを得ませんでした。取り敢えず下血だけは押さえ込んで退院し、拳式、転居と乗り切った有様でした。13年春のことでした。



さて、慣れない街での新婚生活は楽しいながらも、緊張感を伴った不安定な心で疲れます。通院の雰囲気もまた随分異なります。体調はイマイチの状況で薬も手放せません。やがて、主人が急に鹿児島へ転勤となりました。こうした生活の節目に来ると決まって下血がひどくなり、そのたびにステロイドの量を増やされます。すると、案じていたことですが、副作用としてムーンフェイス等のむくみ、ひどい脱毛、骨粗しょう症への不安に悩み、本当に自分の身体がうらめしく思うようになります。我慢強く伴走してくれた主人でさえ、人生設計を立てられず「いつになったら良くなるのか」と優しい表情で心配してくれます。八方ふさがりの暗い気分支配されて、二人の生活も一年半過ぎていきました。

<そして転機がきたのですね？>

現状打破のつもりで思い切ってステロイドを止めてみたいと思うようになり、その代わりに身体にいいと聞くと、漢方、整体、健康食品等を色々試してみました。が、どれも思い通りの成果は得られず、焦燥感だけが募ってきます。丁度そんな頃、実家の母から健康雑誌が届きました。見ますと、同じ病気で東京のギタリストの方が半日断食、玄米クリーム食なる食事の実行で腸の摘除術を免れて綺麗に治したという体験談が載っているではありませんか。絶食なら経験もあることだし、私にもできそう。是非やってみないと甲田医院に電話をしました。結局、予約できた受診日はまだ3ヶ月も先のことでして待ち切れません。情報を少しでも、と山田健康センターにお電話した次第です。お送り頂いた甲田先生の本「現代医学の盲点をつく」「断食療法の科学」を頼りにできそうなことから少しずつ生活の中に取り入れて実行しました。そうしますと、思いの外早く手応えを感じたのです。血は混じていたものの便が数年ぶりに正常な形状で出るようになってきたのです。これならイケル！甲田先生にお会いできる日が待ち遠しい心地でした。15年3月、待ちに待ったその日は私の運命の転機を暗示させるかのような暖かい春の日でした。診察室で先生の暖かな眼差しに接した瞬間、張りつめていた緊張感が解けていきました。「今までよう食べてきたなあ、宿便が溜まるとる。甘い物で手足も冷えとる。でも、必ず治りますよ。」この力強いお言葉に感動を覚えました。必ず治るのか、ヨシ絶対治してみせるぞ！こうして玄米クリーム食と西式健康法による闘病生活が正式にスタートしたのでした。薬もステロイド以外は怖々八年ぶりに止めることになりました。サアとばかり、頂いた処方指示書をコピーして家中のあちこちに張って気を引き締めました。でも意気込みとは裏腹でそんなにすんなりとは行きませんでした。当初排便は安定せず、薬離脱のリバウンドからかひどい便秘になったかと思えば、次は一気に黒い便が多くなったりと変な状態です。特に金魚運動の後では便への血の混じりが増え、刺激が強すぎるのではないかと不安に陥りました。また温冷浴の水浴は寒がりの私には大変勇気が要ることで、気合の掛け声とともに浸かりました。ただ、季節的に段々入りやすくなったのは幸いでした。裸療法となりますと、苦手意識からやったりやらなかったりといひ加減でした。食事はそれまでの延長ですのですぐに慣れました。なんとか及第点でも仕方がないから、とにかく一歩でも前進せねばと大きく構えることにしました。

#### お知らせ

16年産の無農薬レモンが新入荷  
「入浜の塩」天日干希少自然塩入荷 ¥600  
甲田医院は只今、引き続き休診中。

<つづく> 発行 山田健康センター 大阪府八尾市桜ヶ丘2 - 7 6 TEL 0729-97-6177

編集後記：

**発行：山田健康センター**

〒581-0869 大阪府八尾市桜ヶ丘 2-76

電話 & FAX 0729-97-6177

営業日 月曜日～土曜日 AM9時から PM6時