

リウマチにさよなら

はじめに

2005年秋、手首のかすかな痛みと小さな膨らみが、まさか関節リウマチだとは考えてもみませんでした。痛みは日に日に激しくなっていきました。薬が合わなかったときや、からだ全体の症状がひどくなってしまうときは、この先どうしたものかと思えば、目の前が暗くなつた時期もありました。幸いにも、治療や周りの支えのお蔭で私は元氣を取り戻すことができました。

2008年の終わり頃だったか、診察が終わって立とうとしたとき、矢山先生（矢山クリニック院長）が、

「片岡さん、リウマチの手記を書いてみたらどうね」とおっしゃいました。

「手記ですか……？」

短くても手記は手記でしょうが、そのときは、「本」というニュアンスに、とても書けないだろうと思ひ、返事はうやむやにして帰ってきました。でも、

「きつと同じ病気の人たちの励みになるよ」

という先生の言葉が頭から離れませんでした。

しばらく考えて、一カ月後の受診のときに、

「書いてみます」

と答えました。

私の関節リウマチの症状は劇的な改善を見せながらも、まだリハビリの道半ば、「同じ病気の人たちの励み」になるかどうか、全くわかりません。

こうした中、もう一つの思いが生まれました。それは、書いていくうちに、もしかしたら私のリウマチが治るかも知れないという思いでした。書いて吐き出してしまえば、そのとき、私のリウマチは治っているのではないだろうかと思いはじめたのです。

そんな二つの思いからこの手記を書くことにしました。

第1章に、発症から診断、そして薬の副作用で苦しみ、困ったことを、第2章に、矢山利彦先生に出会い治る希望を持ったこと、治療に取り組んだものの、ひどくなっていったことを、第3章に、どうにもならなくなつて入院し、治療に専念したことを、第4章に、目の前に訪れたことをやっていくうちに希望が膨らんできたリハビリの日々を、書きました。

吐き出した気持ちを読んでいたくのは恐縮ですが、治療・リハビリをする中で感動したことがたくさんあります。もしもこの手記が、どなたかの参考になるとしたら、或いは、ときに治療中、リハビリ中の方の伴走（歩）をすることができたら、とてもうれしく思います。

片岡信子

目次

はじめに・4

第①章

青天の霹靂・9

(2005年10月～2006年7月)

1 痛みと膨らみ

2 診断

3 薬アレルギー

第②章

運命の分かれ道・35

(2006年7月～2007年3月)

1 良いニュース

2 矢山クリニック受診

3 関節にありがとう

4 心は自由でなくちや

5 期待に反して―真夜中の拷問

第③章

治療に専念・69

(2007年2月～2007年6月)

- 1 治療に専念したら
- 2 入院生活

第④章

リハビリと希望・135

(2007年6月～2014年3月)

- 1 重要なこと
- 2 買い物がりハビリ
- 3 気功がりハビリ
- 4 講座通いがりハビリ
- 5 ピアノ
- 6 コーラスがりハビリ
- 7 旅はりハビリのバロメーター
- 8 リウマチにさよなら
- 9 振り返って

おわりに・186

本文に登場する矢山クリニックの患者の皆様、
スタッフ、並びに関係者の方々については、お名前を仮名にさせていただきました。

第①章

青天の
霹靂

(2005年10月～2006年7月)



1 痛みと膨らみ

2005年（平成17年）10月～12月頃。右手の甲から手首にかけて痛み始めた。ほんのかすかな痛みだった。それが台所の片付けをしていて、鍋や流しの側面を洗おうとすると痛くなるのだ。何で流しを洗うと痛くなるのだろうかと思議でならなかった。台所に痛みを起す何か悪いものがあるのだろうかとも考えたが、分からない。

毎晩同じことが起きるうちに、手首を反らしたときに痛みを感じるようだということが分かった。が、分かったところで、病院に行つて、「流しを洗うと手首が痛いんです」と言つても話にならないだろうと思ひそのままにしていた。

右手の甲に小さな膨らみができた。脂肪の塊かなと思つた。私はそういうものができやすい体質のようで、これまでも脂肪の塊ができ、切開して取つてもらつたことがあつた。

手の指の痺れで「手根管症候群」と診断され、1年近く通つた。その後しばらく行つてなかつた近くの神経内科医院に行つてみた。手の甲の膨らみは、「おそらく脂肪の塊でしょう」と言われた。

ひどい肩こりで整骨院にも通っていた。肩こりには長年悩まされているが、肩のみならず、肩甲骨の下の方に痛みが溜まったような、何とも言いがたい気持ち悪い痛みがくることがしばしばあった。この頃は肩こりの痛みに加え、それとは少し違う痛みが肩全体に広がり、手が上がりにくくなってきていた。私はてつきり「五十肩」だと思っていた。

十数年前にも肩が痛くなり、手が上がらなくなったことがある。40代の初め頃で、そんな呼び名があるのかどうか知らないが、「四十肩」と呼んでいた。周りに「五十肩」の人が何人かいて、「日にち薬【脚注01】」で時期が来ないと治らないと聞き、それならばと治るのを待った。「四十肩」は1年で治った。「五十肩」は、整骨院で治療しながら治る日を待つことにした。

整骨院では先生が私の腕を持ってじわりじわりと動かしてくれる。何か月か経ち、「片岡さんの肩は五十肩の人とは違うようなんですけどねえ……」と言われた。

治療もやりにくそうに見えた。忙しさもあり、私はだんだん整骨院に行かなくなった。手の甲の膨らみはほんの少しずつ盛り上がり、見たところ直径2センチメートルくらいあった。手首の痛みは大分強くなっていったが、膨らみそのものは触っても痛くはなかった。

私の職場である郵便局は1年の中でも12月は特に毎日が慌ただしく過ぎて行く。そこへもってきて、後10日余りで年が暮れるという頃、家と職場の両方で緊急事態が発生した。家では母が、職場では男性職員の緊急入院と、街の郵便局の局長をしている私はダブルパンチを食らった。

「神様、お願い！」と無事を祈り、「なんとかなるさ」と自分に言い聞かせた。

【脚注01】日にち薬：治るには日数が掛かるという意味。すぐには治らないけれど、時間が経てば必ず良くなるというような感じで使われる。体の傷や心の傷にも使われる。