

# 薬や湿布薬、かえってマイナス？病気がいつまでも治らない「本当の」理由

つらい症状が出て病院に訪れる患者さんに対して、医師はどのように患者さんの言葉を引き出しているのでしょうか。

医師「いつからその痛みなどの症状が出ましたか」

患者「2日ほど前からです」

医師「その後どのようになって、今の状況はどうか」

患者「だんだんひどくなって、今は●●です」

概ねこのような問答があり、検査が始まります。最近の医師は検査値とにらめっこで診断を下し、対症療法の薬を出しています。多くの一般的な病気、例えば、腰痛、糖尿病、リウマチ、高血圧症、狭心症などの原因は不明のまま、病院に通い続けてもほとんど治ることはないでしょう。患者側も不満はあるものの、半分くらいはあきらめて現状を変える気迫はありません。

このような病歴（アナムネーゼ）の取り方では、診断はついても病気の原因にたどりつくことはできません。病気の原因は症状の出る前の生き方にあるからです。生き方の無理が続く、心配事が多い、毎日のように夜更しをするといったことが、多くの病気に共通した原因になっています。忙しさが続けば、筋疲労が起これば腰痛が出てきますし、関節に負担がかかればリウマチになります。

これからの医学は、患者に原因を自覚させ、偏った生き方から脱却させることを第一とする必要があるでしょう。原因を取り除かずして病気が治ることはありません。むしろ、対症療法の薬はマイナスに作用することが多いのです。

## 病気の原因は生き方の無理

例えば、腰痛を考えてみましょう。昨今ありふれた病気ですが、大切な理解が含まれています。

私たちは忙しいと筋肉が疲労しますが、疲労が少ない時は休息によってゆっくりと回復し、特に症状もなしに治っています。しかし、疲労が強い時は、血流の回復は急激に起こります。ここで作用するのが、組織ホルモンであるプロスタグランジンです。プロスタグランジンは、一つの物質で血流量を増やす(腫れる)、熱をもつ、痛みをつくるという3つの働きをもっています。

腰痛時にプロスタグランジンの産生阻害剤である消炎鎮痛剤を飲み薬や湿布薬として使用すると痛みはとれますが、血流も悪くなってしまいます。そもそも痛みと血流回復は同一のメカニズムで起こっているので、痛みをとることとは、血流回復を抑制し筋疲労からの回復も止まってしまうことを意味します。

腰痛で湿布薬を貼った人が、なかなか腰痛から脱却できずに病院通いが続く理由になっています。薬に頼るのではなく、まず忙しさから脱却して病気を治さなければなりません。

リウマチの痛みも同様のメカニズムを含んでいます。障害を受けた関節を修復するために血流が上昇し、それにより痛みが出ているからです。あまり熱心に症状を止めようとすると、治る機会が遠のいてしまいます。

病気の原因は“生き方の無理”から始まっていることがほとんどなので、症状の出る前の生き方に目を向けないと原因にたどりつくこともできない上、病気から逃れることもできなくなるのです。このような知識は、医療関係者だけではなく、一般の人にも身につけておかなければなりません。

(文＝安保徹／新潟大学名誉教授、医学博士)