「現代医学」に新たなページを開く「上腹部の柔軟性」⑧

体内の圧力差が原因で起る高血圧と脳卒中

「からだ」の「はたらき」の原動力「消化管の運動機能」と「体液の循環と対流」

「現代医学」がおちいっている迷路からどうぬけ出すか
「現代医学」のすばらしさをどう生かすか

今回は、まずはじめに一つのエピソードをお聞き下さい。34年前のある妊婦さんのケースです。次の生理が予定されている約2週間前に、その方は吐き気を催し、やがて何度となくくりかえし食べたものを吐くようになりました。産婦人科で診てもらわれたところ、ハッキリとは分からないが、多分妊娠であろうとの診断でした。その2週間後、尿検査で妊娠が確定しました。しかし、そのころには、その方は、もうほとんど寝たきり状態でした。自分一人では動けない状態でした。顔から、頭から吹き出るように汗が出てくるのです。頭からあふれでた汗が、枕の下まで通って、ふとんがビショ濡れになってしまうぐらいでした。またその上に、異常な頭痛がありました。頭を動かすのも痛く、目玉を動かすことすら不可能な状態でした。頭がどうしようもなくうっとうしく、ついにはバリカンで髪を刈って坊主頭にするぐらいでした。

患者さんが産婦人科医に、自分はどうなっているのでしょうかと聞いても、ホルモンのせいですかねと、医師はただ首をかしげるだけでした。その患者さんは、特に血圧が高い訳でもありませんでした。しかし、のどからお腹にかけて棒をつっこまれたような感じで全く食欲がないのです。上腹部は異常に硬くなっており、肩で息をしている状態でした。私がその方のお腹を診た時は、本当に上腹部が硬く、強く手で圧迫してもへこまないのです。

しかし、その当時は、「上腹部の柔軟性」と頭・顔からの吹き出るような汗との関連を考えたこともありませんでした。ましてや、「上腹部の柔軟性」が「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓の動き（消化管の運動機能）」などと切っても切れない関係があることなど、私は知るよしもありませんでした。

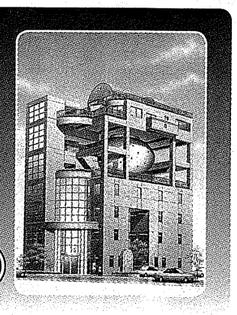
【Ⅰ「脳卒中体質の特徴的現象」と「上腹部の柔軟性」の関係に気づく】

しかしながら、その方の症状の強烈なイメージが、私の「からだ」の奥底に深く刻み込まれていたのでしょう。ことあるごとに、この症状はどういう現象なのだろうかと、私の心に思い浮かぶのでした。それから、臨床経験を重ねることによって、冷えのぼせの人や、赤ら顔でよく顔・頭から汗の出る人や、顔・頭が脂ぎっている人や、顔のむくみのある人などでは、上腹部が硬くなっていることに気づくようになりました。

そういう方にたいしてROB治療で「上腹部の柔軟性」をつくりだすと、冷えのぼせがなくなり、赤ら顔も白っぽくなり、顔や頭からの汗が出なくなりました。脂ぎった顔や頭のテカリがなくなり、またさらに、顔のむくみがすっきりと消えてなくなっていることに気がつくようになりました。

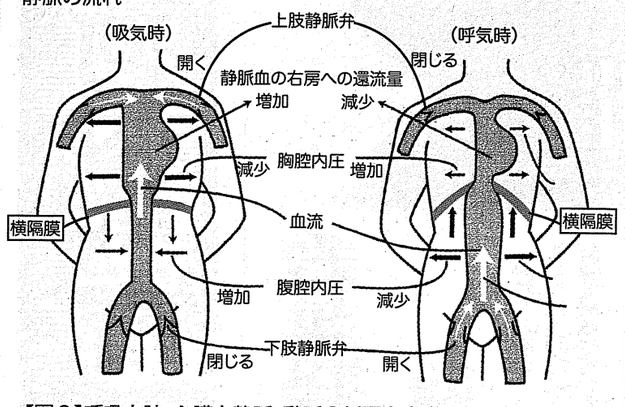
通常現代の医学では、お腹の状態と「からだ」の各部分の変化を、同時に関係づけて診ることはありません。しかし、私はたとえ、指・手・肘・肩・頸・背中・腰・股関節・膝・足等の痛みや変形であっても、お腹の状態と並行して患部をみてきました。心臓病・ガン・脳卒中・高血圧・喘息・肺炎・慢性閉塞性肺疾患・睡眠時無呼吸症候群・糖尿病・統合失調症・うつ病・不眠なども、お腹の状態を診ながら診断をしてきました。そしてこれらの症状を生みだした、日々の生活における、小上での本当の原因は何なのかと思いをめぐらしてきました。ま

今後のあるべき医療
健康体を活かす医療
たまご理論で病気のしくみを考える(11)

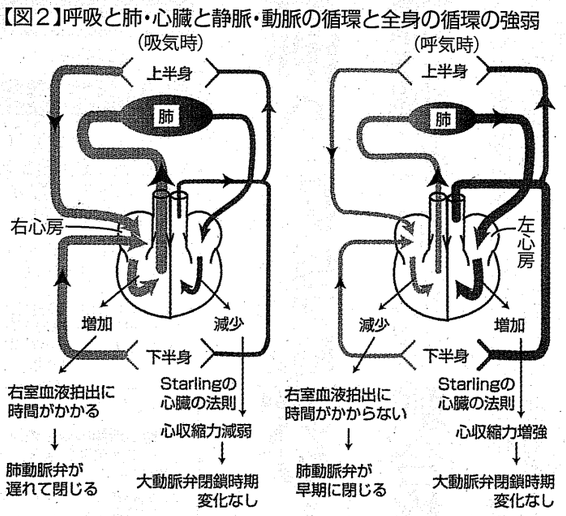


たまごビル院長 石垣 邦彦
〒581-0061　大阪府八尾市春日町1-4-4
電話 072(991)3398　FAX 072(991)4498
ホームページアドレス http://www.tamagobl.com/

【図1】横隔膜の上下動と呼吸と胸腔内圧・腹腔内圧と静脈弁・静脈の流れ



【図2】呼吸と肺・心臓と静脈・動脈の循環と全身の循環の強弱



安倍紀一郎、森田敏子著：循環機能学と循環器疾患のしくみ　第2版，P.33，日総研出版より引用

図1、2のタイトルは石垣が付記

みなさん、すでにご存じのように「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学（姿勢）・自律神経・内臓の動き（消化管の運動機能）」などの「はたらき」とには、密接な関係があります。

ここでは、私が提唱している「人体力学（姿勢）」の観点から、変形性膝関節症を例にとり、「上腹部の柔軟性」とのかかわりを診てみましょう。そのことによって、心臓がむりに働かざるをえなかったために心臓そのものが、病にいたる状況がさらによく分かりま

「上腹部の柔軟性」から「心臓」と「膝」のつながりを診る

長年それをくりかえしていると元の正常な膝の「かたち」がくずれます。さらにつづくと、変形し曲がったままの膝になるのです。それが、変形性膝関節症なのです。安倍先生の心臓にもよく似た現象がおこりかけていたのです。

「上腹部の柔軟性」が硬くなると、「上腹部」がへこまないために、「からだ」全体の重力の中心部に力の集中ができなくなります。そのため、「からだ」全体のバランスが不安定になります（図4・注2・3）。「からだ」全体のバランスを安定させようとして、「からだ」の一部である膝が曲がります。膝を曲げて重心を下げ「からだ」全体のバランスをとるのです。しかし、曲がった膝には物理的圧力が加わることになります。そのため、膝の部分での血管・神経・筋肉・骨・関節などが圧迫され、血液の流れが低下します。その低下した代謝を修復しようとして痛みと腫れがでてきます「具体的には、アセチルコリン、プロスタグランジン、セロトニン、ヒスタミン、TNF（腫瘍壊死因子）などが関与している（注4）」。

【Ⅱ 安倍先生が高血圧になられた生活習慣を、「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」の視点から解明する】

安倍先生ご自身が高血圧になられた生活習慣を、私が提唱している「上腹部の柔軟性」を中心にして再度検討してゆきましょう。

①同じ仕事だけに専念している
②仕事をしている時に、特に細かい作業をしている時に息をつめている（呼吸をとめている）
③呼吸が浅くて不規則である
④前屈姿勢で仕事をしている
⑤食事が早い、仕事をしながら食事をしている
⑥運動不足
⑦睡眠不足
⑧食べ過ぎ（肥満）

これらの項目を安倍先生は、高血圧症の原因としてご自分であげておられます。

●①の生活習慣について考えてみましょう。

①「同じ仕事だけに専念している」

このことから、どうしてもその仕事をやりとげてしまわないと落ち着かないという心理と行動が生まれます。特に今回引用させていただいた安倍先生の著書『関連図で理解する循環機能学と循環器疾患のしくみ』は、緻密さを通り越した神技に近い完璧な仕事内容でした（注1）。そのための神経の使い方は尋常ではなかったでしょう。また、この著作を完成するまでの精神的な負担は想像を絶するものだったでしょう。そのこと自体で、交感神経は緊張状態になるのです。その交感神経の緊張状態が「上腹部の柔軟性」を硬くします。もう本欄の読者のみなさんはご存じのように「上腹部の柔軟性」が硬くなると、「呼吸・循環・人体力学（姿勢）・自律神経・内臓そのものの動き（消化管の運動機能）」などの「からだ」の「はたらき」が低下してきます。そのため心臓がむりに血圧を上げて血液循環をよくし、みなさんの体を形づくっている60兆の細胞全部に血液を行きわたらせる必要があるのです。そのため心臓に負担がかかることになります。

●⑤・⑧の生活習慣について考えてみましょう。

⑤食事が早い、仕事をしながら食事をしている
⑧食べ過ぎ（肥満）

これらは、胃腸の動きとの関係があります。仕事をしながら食事をしている（つまり交感神経の緊張状態）では、胃腸の消化力が弱ります。本来胃腸というものは、副交感神経が優位のリラックスした状態でよく動くからです。たとえばいわゆる「早食い」でも胃腸の消化力が弱りますと「ストレス食い」による食べ過ぎでもそうです。結局、これらの原因で、胃腸、とくに胃の中で、食物がとどまる時間が長くなります。胃は「横隔膜」のすぐ下に位置します（図3）。

そのため「横隔膜」の直下にある胃そのものがふくれて硬くなり「上腹部の柔軟性」が硬くなります。

●②・③・④の生活習慣について考えてみましょう。

②息をとめている。
③呼吸が浅く不規則である。
④前屈姿勢。

の状態です。

すでに読者のみなさんはご存じですが、これらの状態は、すなわち「横隔膜」の上下動の幅がないか、狭い状態です。またこのような状態では、実際手をあててみると上腹部の動きの悪いのが、ご自分で感じとれます。呼吸をしにくいな、ということが感じとれるのです。ご自分の「からだ」を通してそのような状態を体験していただければ、一番分かりやすいですね。

このように「上腹部の柔軟性」がなくなり上腹部が硬く「横隔膜」の上下動がないか少ない状態では、（図1・2）の「呼吸と循環」の「しくみ」を見ていただければお分かりのように呼吸が浅くなり、循環が少なくなります。生活するのに必要な呼吸と循環が確保されません。そのために、その不足を補うために心臓の方ががんばることになります。心臓がむりに血圧を上げて血液循環をよくし、みなさんの体を形づくっている60兆の細胞全部に血液を行きわたらせる必要があるのです。そのため心臓に負担がかかることになります。

●⑥・⑦の生活習慣については、みなさんもう一般的常識でお分かりのことと思います。

このように①から⑧までの生活上の習慣を原因として、「脳卒中・心筋梗塞」にまで至る次の因果関係が現象として確認できます。

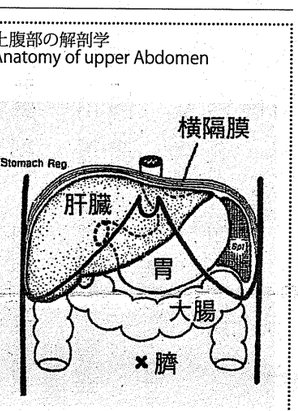
一　「上腹部の柔軟性」が硬くなる。
二　「横隔膜」の上下動の幅がせまくなる。
三　そのため、体内での圧力差が減少する。
四　呼吸ポンプ・肺ポンプ・筋肉ポンプそして、私が提唱する消化管ポンプが低下する。
五　その結果として、「からだ」全体に血液循環の悪化をきたすことになる。
六　必要な血液循環を確保し「いのち」をつなぐために、主に心臓が血圧を上げ血液循環のバランスをとる。しかし
七　心臓・血管の「はたらき」には、大きな負担がかかる。
八　長期になると、心臓・脳・全身の血管に器質的変化を来たす。
九　結果として、心筋梗塞・脳卒中のリスクが高まる。

このような経過で、心臓が過度な負担を強いられた結果、安倍先生の血圧は204／107㎜Hg（心拍数102／分）とまでなってしまったのです。左室が求心性に肥大してしまったのです。この時、安倍先生は「私も長くない」と命の危険を感じとられたのです。

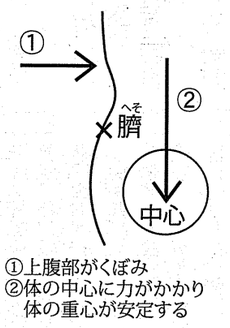
次回は、この安倍先生の生活習慣が引きおこすことになる「体内の圧力差が原因でおこる高血圧」と、いわゆる「脳卒中体質」との関係を明らかにしてゆきます。

注1　『関連図で理解する　循環機能学と循環器疾患のしくみ』　安倍紀一郎　森田敏子著　日総研出版　2008年
注2　『「腰痛」を予防する④　上腹部を固くする「生活」上の「原因」と「腰痛」との関係を解く中の表1（胃の動きと上腹部の状態と「腰痛」の関係・腹いっぱい食べた時はどういう状態か）・表2（「食習慣」―「腰痛」―「失体感症」―「腰痛」の関係）参照　6月15日号　2009年
注3　『「腰痛」を予防する⑨　「上腹部の柔軟性」をつくれば「腰痛」の予防ができる』中の【Ⅱ「上腹部」の固さと体全体の安定度】参照　11月5日号　2009年
注2・3いずれも河内新聞
注4　『医療が病いをつくる　免疫からの警鐘』　安保徹著　岩波書店　第3章「治療医学にある問題点」P55参照　2001年

【図3】胃は上腹部にある



【図4】体の重心の安定と上腹部・下腹部との関係



①上腹部がくぼみ
②体の中心に力がかかり体の重心が安定する

議会を傍聴しませんか！

市政を身近に知るためにも、本会議、委員会を傍聴してみませんか。

本会議は、開催当日、総合庁舎21階の傍聴受付までお越しいただき、住所、氏名をご記入いただくだけで傍聴できます。なお座席数は、固定席86席、車いす席6席で、定員を超えた場合は抽選となりますので、ご了承ください。

委員会は、19階の議会事務局にお越しいただき、同様の手続きで傍聴できますが、1委員会7席となっていますので、ご注意ください。

なお本会議、委員会の開催日程等、詳細につきましては、議会事務局電話06(4309)3294までお問い合わせください。

東大阪市議会

水道料金等のお支払いは便利な口座振替をご利用ください

全国で口座振替が可能になりました!!

【お申込みはカンタン】
東大阪市上下水道局の指定金融機関の営業店舗へ「最近の領収書」または「水量のお知らせ」と預金通帳、お届けの印かんをご持参のうえお申込み下さい。

※一部の指定金融機関ではお取扱いができない場合がありますので、ご利用の金融機関へお問い合わせください。

コンビニでもお支払いできます

平日はもちろん土日、祝日、全国どこからでも24時間、水道料金等がお支払いいただけます。

東大阪市上下水道局
東大阪市若江西新町1-6-6(水道庁舎)
ラグビーのまち 東大阪
☎(06)6724-1221

贈らない！求めない！受け取らない！

政治家（立候補予定者・現職）が、選挙区内の人に、お金や物を贈ることは、法律で禁止されています。また、有権者が政治家にこれらの寄附を求めることも禁止されています。

結婚祝　出産祝　入学祝
葬式の　香典・榊・供花
お祭りへの　寄附・差入れ
町内会の旅行、地域の催し物への　寸志・差入れ

東大阪市選挙管理委員会

市内でたばこを買われますと一箱（20本入りの場合）について92円36銭が、市たばこ税として市の収入となります。

たばこは市内で買いましょう
喫煙マナーを守りましょう

東大阪市