

脳梗塞の再発予防治療で多くの症状がよくなった

石垣院長

「こんにちは。今日は日本を代表するドクターにも来ていただきました。
四方先生に紹介していただきたいと思います。」



四方先生

「東京からお見えの先生をお二人紹介させていただきます。
まず福井次矢先生。前聖路加国際病院の病院長をされていきました。現在は東京医科大学茨城医療センター病院長に就任されており、9月にも講座をしていただくということでよろしくお願いします。」

次は別府宏圀先生を紹介させていただきます。
別府先生も何度か講座をしていただきました。現在はDIPE x JAPAN 名誉理事長をされています。
いろいろなクスリに対する問題点をご指摘になって、日本全国で著名な先生です。
それではもう一度拍手をお願いします。」



石垣院長

「ありがとうございました。それでは挨拶も少し長くなりますが、始めて行きたいと思います。今年の3月は日本で初めてのコロナ専門病院となった十三市民病院の西口院長に講演していただきました。4月は心房細動による脳梗塞について、東京医科歯科大学の副学長である古川先生に担当していただき、6月は救急での自宅での穏やかな死を演題に第40回日本救急医学会総会長の中谷先生に来ていただきました。今年一番のテーマは現代医学とROB治療を使って、生活に沿った医療を作っていきたいと思っております。そこでどのような提案が出てきたかお話していきます。

基本的には高齢者について、西口先生の講演でもあったように特にオミクロン株での死の直接原因はコロナウイルスではなく、誤嚥性肺炎が基礎疾患にあることがほとんどであるとおっしゃられていました。また、古川先生の講演にあった心房細動による脳梗塞が多いということですが、そのことについても老化ということが非常に大きな課題となっています。

老化というものはからだ全体の「はたらき」が弱っていると考えると非常にわかりやすくなっております。長年の臨床研究で分かってきたことは、「からだ」の「はたらき」が低下すると、「呼吸・循環・人体力学・内臓全般の動き」が悪くなります。今回の前島さんの例でも、「からだ」の「はたらき」を改善することであらゆる症状が改善されてきました。

対コロナに関しても老化すると免疫力は弱ってきます。免疫力が弱った状態でコロナに感染し、体調が悪くなると基礎疾患である誤嚥性肺炎が重症化し、死に至らしめることもあるということです。呼吸と循環が悪くなることで心房細動や寝たきりの原因となる脳梗塞にもなりやすくなります。

たまごビルでは生まれてきたからには人生を楽しんでいただきたいという思いで活動しています。そのためには現代医学であろうが何であろうが、また医学という狭い視野にとらわれず、生活そのものを改善していこうということがたまごビルの方針です。

長年の臨床で「からだ」の「しくみ」がスムーズに「はたらく」状態というのは「上腹部がやわらかい」状態と一致することが非常に多いことがわかりました。その時には横隔膜の上下動が深くなりますので、「呼吸・循環・自律神経・人体力学・内臓全般の動き」が良い状態となります。その結果として、今回の前島さんのいろいろな症状が良くなったということです。更に総合的免疫力がある状態＝自然免疫・獲得免疫がよくはたらく状態＝自然治癒力がある状態となります。

古川先生の講座でわかったことは、交流することにより次のステップへ移っていきましょうということです。みなさんに知っていただきたいことは、寝たきりの三分の一は脳卒中が原因であり、特に脳梗塞が多いということです。脳梗塞の原因は心房細動が一番多く、野球選手だった長嶋茂雄さんもそうでした。最新の医療を持ってしてもあれが限界であったということです。予防が一番大切だということがわかります。長嶋茂雄さんの場合もそうであったように原因は隠れ心房細動です。特に 80 歳を超えると 25%が心房細動を持っています。結論として、隠れ心房細動を早く発見し、どう予防するかということです。現代医学ではカテーテルアブレーションにより適確な治療ができるようになっていますが、更に ROB 治療を合わせてうまくやっ
ていこうということです。

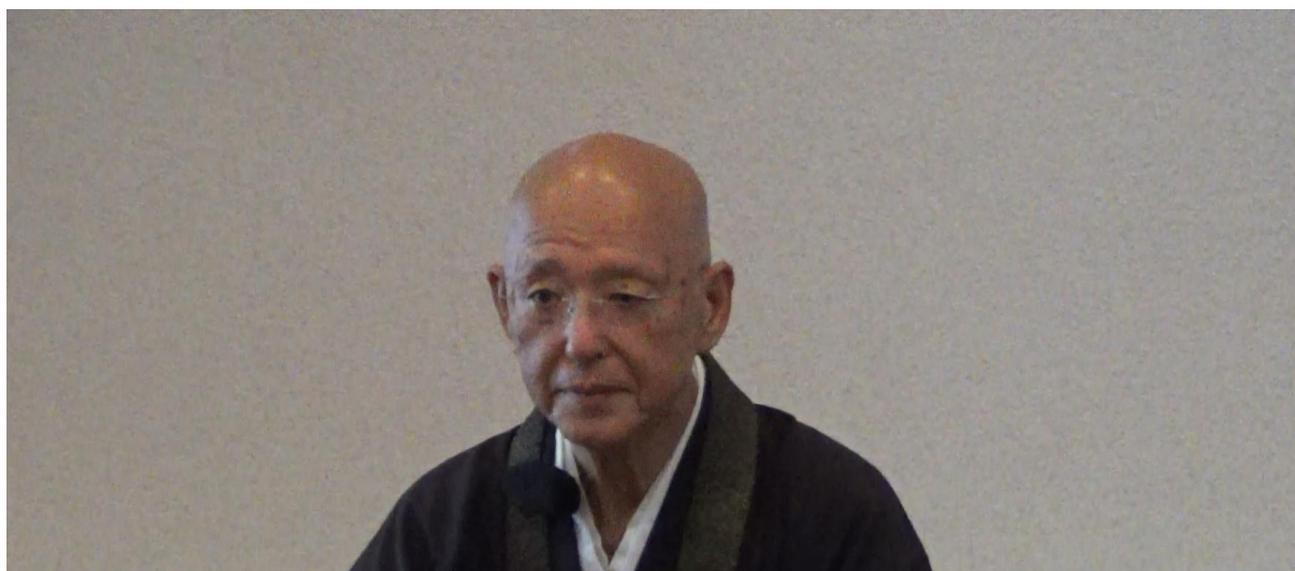
次に新型コロナで重症化する人で新聞やテレビでよく聞く言葉は「高齢者で基礎疾患のある人」ですね。この人たちは上腹部がかたいで人たちです。嚥下能力も弱くなりますし、呼吸も浅くなります。上腹部がかたくなり、横隔膜の上下動が少なくなると呼吸と循環も浅くなります。睡眠時無呼吸も同じです。上腹部の柔軟性をみていくとあらゆる病気の予防・治療・ケアが可能となり、人生を楽しむことができます。前島さんの例でも、上腹部の柔軟性が生まれてくると予防・治療・ケアだけでなく、精神面も改善します。一日の生活レベルが向上します。予防という概念だけでなく、治療という概念だけでなく、一日の生活レベルの向上により人生が楽しくなってくるということです。そうすると、新型コロナウイルスについても心房細動についても、上腹部の柔軟性を作ることで横隔膜の上下動により呼吸と循環・その他あらゆる症状が整います。その上で、誤嚥性肺炎には CT・隠れ心房細動にはホルター心電図で予防的検査をし、凝固薬に関する副作用は ROB 治療で予防していこうということです。心房細動の起因は肺静脈にあるということがわかったそうです。上腹部の柔軟性が生まれてくると、左心房に流れる肺静脈の流れがよくなり、心房細動の予防になります。肺静脈の循環は肺の伸び縮みが影響し、肺の伸び縮みは横隔膜の上下動が影響し、横隔膜の上下動は上腹部の柔軟性が影響してきます。

それでは前島さんの体験発表ですが、人はどうしてもいつまでも生きていられるような感覚を持ってしまいますが、実際はそうではないということで、こちらの方から見ていただきたいと思います。」

津波被害の映像が流れる

石垣院長「説明するまでもなく、起こって当然の出来事です。今日は伊勢市から通院されている前島さんの体験発表を聞いていきたいと思います。時間の都合もありますので、私からお話させていただいて、症状の変化については前島さんに質問させていただきます。まず健康講座については3つの目標があります。1つ目はなぜ病気になるのか、どうすれば良いのかを理解して、再発を予防し、人生を楽しんでいただくこと。2つ目は同じような病気を持っている人にこんな考え方もあると知っていただきたいということ。3つ目は現代医学の素晴らしさを生かしつつ、本来人間が持っている「からだ」の「はたらき」がスムーズに「はたらく」状態を広めていくことです。

さて、前島さんがたまごビルの治療を受けるようになったきっかけは2020/3/23に脳梗塞を起こし、2021/11に精査をしたところペースメーカーを入れる必要があると言われました。カテーテル検査もしながら腎臓の数値も悪いので調整していく必要があるとのことでした。それを聞いてなんとかペースメーカーもカテーテルも避けることはできないかと考え、2022/1/14にご縁があつてたまごビルで治療を受けることになりました。最初の副院長の間診で自分の体のことを感じ取れない失体感症だということを知りました。たまごビルで治療を受けるようになってからどのようなことが変わってきたのか具体的に話していただきたいと思います。前島さん、信号の見え方についてはどうですか？」



前島さん

「1年くらい前から目の調子が悪くなり、車に乗っていると信号の色が白く光って見えなくなりました。雨の日なんかは特に見えにくく、車に乗れるような状態ではありませんでしたが、治療により変化しました。信号の色もスッキリ見えるようになり、雨の日も行動できるようになりました。」

石垣院長

「飛蚊症も気になると言っていましたね。」

前島さん

「飛蚊症も気にならなくなりましたし、白内障のほうも気にならなくなりました。新聞も読めるようになりました。」

石垣院長

「耳鳴りについてはどうですか。」

前島さん

「耳鳴りはもう20年間セミが鳴くような音で悩み続けていましたが、スーッときれいになりました。今でも時々耳鳴りがするときは何か自分の日常生活に原因があるということがわかるようになりました。」

石垣院長

「耳鳴りがする時は日常生活に何か問題があると知らせてくれるということですね。左の難聴はどうですか。」

前島さん

「電話はすべて右で取るようにしていました。左耳が聞こえなかったんです。今では体重計に乗った時にピツという音が左耳で感じられるようになりました。」

石垣院長

「鼻はどうですか。ここに書いてあるのは墨のにおいが30年ぶりに感じられるようになったとあります。」

前島さん

「坊主ですので、墨をすることがあります。昔は墨のにおいも感じていました。最近の墨は悪くなったのではないかと思っていましたが、悪くなっていたのは自分の鼻の方でした。治療を受けて今年の3月ごろから墨のにおいがスーッと鼻に入ってくるようになりました。ありがたいです。」

石垣院長

「脳梗塞になってまっすぐ歩けなくなったとありますが、どうですか。」

前島さん

「まっすぐ歩けなくなりましたね。退院してからも道路の白線に沿って駅まで歩いていましたが、必ず踏み外してしまいます。ところが今では、黄色い点字ブロックも線に沿ってスーッと歩けるようになりました。」

石垣院長

「それでは木魚をたたくときはどうですか」

前島さん

「中指の付け根の軟骨が出てきて、木魚をたたくときに当たってずっと気になっていましたが、いつの間にか全くなくなっていました。」

石垣院長

「それともう一つ大きいことは17年ぶりに正座ができるようになった。」

前島さん

「これはですね、座布団を使わずに座り続けていると、足の甲が高いものですから擦れてきました。そして長風呂をしてしまいますとそこから菌が入って膿んでしまい、座ると痛いので体制を変えたりしているうちに膿が出てきて足袋を汚してしまうこともよくありました。今ではすっかり治していただきまして、坊さんとしては本当に助けてもらいました。」

石垣院長

「それはよかったですね。それでは前島さんが一番ありがたいなと感じていることは何でしょうか」

前島さん

「それは10年前に檀家さんの家に行ったとき、途中で尿意が催しまして、一区切りしてからトイレをお借りしようと思っていました。それが途中で我慢できなくなり尿が漏れてしまったのです。最期までやりきった後に、偉そうなことを言っていたのにやっしまいましたと謝罪しました。こういうことが頻回に起きるようになり、運転中でも法事の時でも起きるようになりました。これはいかんということで紙オムツを使用するようになりました。一番困った時は2~3時間続く会議です。こういうときに限って何回も止まりません。6回分くらいは大丈夫ですが、それを超えてしまって、一番ひどいときは椅子の下に水たまりができるほどでした。」

石垣院長

「それは大変でしたね。今はどうですか。」

前島さん

「今は伊勢から八尾まで3時間かかりますが、1度くらいトイレに行くことはありますが、自分で調整できるようになったので、紙オムツなしでも安心して生活を送れるようになっています。」

石垣院長

「全く使わなくなったのはよかったですね。それでは睡眠時無呼吸についてはどう感じていますか。」

前島さん

「以前は睡眠中に呼吸が止まっていると家内に起こされることがありました。先生に相談すると検査をしていただき、一晩で18回止まることがあり、その中でも183秒止まっているときがありました。ご縁がある前はもっとひどかったと思います。今では家内にスースーよく眠っていますと言われます。」

石垣院長

「そうですね。睡眠時無呼吸検査とホルター心電図については定期的に行って経過を見ていきます。内臓調整により上腹部の柔軟性を作っていきますので、呼吸と循環は整ってくるので安心してください。次に、食べながら箸を持ったまま寝てしまうとありますが、どういうことでしょうか。」

前島さん

「仕事をしていますと、ご飯を食べているときに箸を持ったまま寝ているということがありました。箸を持ったまま寝ているという周りの声がうっすらと聞こえながら寝ていましたが、それもなくなりました。」

石垣院長

「ここでもうひとつ面白いことがあります。意思決定や決断が迷いなくできるようになりましたとあります。」

前島さん

「私は考え込んでしまう方でして、グーっと考え込んでいると息を詰めているようでした。寝て切り替えようとするのは今までよくありました。現在では悩むようなことがあっても瞬時に判断してさばけています。」

石垣院長

「私が先ほど言っていた一日の生活レベルがあがって人生が楽しくなるということはこのことです。病気の予防・治療・ケアだけでなく、一日の生活が楽しくなるような方法を皆さんに身に付けてほしいです。次に移ります。体重が76kgから64kgまで減ったとあります。これについて特別なことはありましたか。」

前島さん

「私はあほの大食いと言われるほどあるものは何でも食べていました。先生に言われて、30回よく噛んで食べる・よく味わって食べるということを実践しまして、冷たいものを控えるようにするだけで今朝の体重は63kgになっていました。体の調子も良い状態で無理なく適正体重までもっていくことができました。」

石垣院長

「紙オムツ代に加えて食費も負担が少なくなると奥さんも大喜びですね。ここからが今日のメインテーマです。日常生活の中で何が大切だと思うようになりましたか。」

前島さん

「私は睡眠時無呼吸と言われ、息を詰めて仕事をしているんだと感じました。性格的に後を引くのが嫌なので、やり切ろうと思ったら何度壁に当たってもやり切っていました。病気の原因を作ってきたと思います。」

石垣院長

「副院長から指導・叱責をいただいて、どう思いましたか。」

前島さん

「仕事が忙しいときに、今日の昼からの治療は遠慮させていただきますと言うと、それは認められないと厳しいお言葉を頂きました。今日治療を受けずに帰って一人の人を助けても、治療を受けずに帰って寝たきりになるようなことがあったら、今後助けるはずだった人も助けられないと怒られました。そこで治療を受けてやっと今の仕事を満足に行うことができていると理解しました。」

石垣院長

「そうですね。治療をする側も治療を受ける側も同じ方向に向かうことで、いい結果が得られるものです。治療を受けるようになって日常生活に大きな出来事があると、たまに耳鳴りがあるということですが、らっきょう事件・1日2件の葬式・農園の引継ぎ事件という3つの事件があったと思います。その都度耳鳴りがぶり返しました。いろいろ仕事をされていますがいつが一番忙しいか聞いたところ、8月のお盆と答えられましたね。そこで行動予定表を作りましょうということになりました。」

前島さん

「コロナの2年間は東京から息子が帰ってこられなかったので、一人でお盆の激務をこなしました。大変な仕事ですけど、後に引けない性格でしたので、なんとかやり遂げてきました。今年は息子にも帰ってきてもらって、若い人にも頑張ってもらって、仕事をしっかりと分担するべきだと副院長先生に言っていただき、実行することで今までにない落ち着いたお盆の仕事生活を送ることができました。」

石垣院長

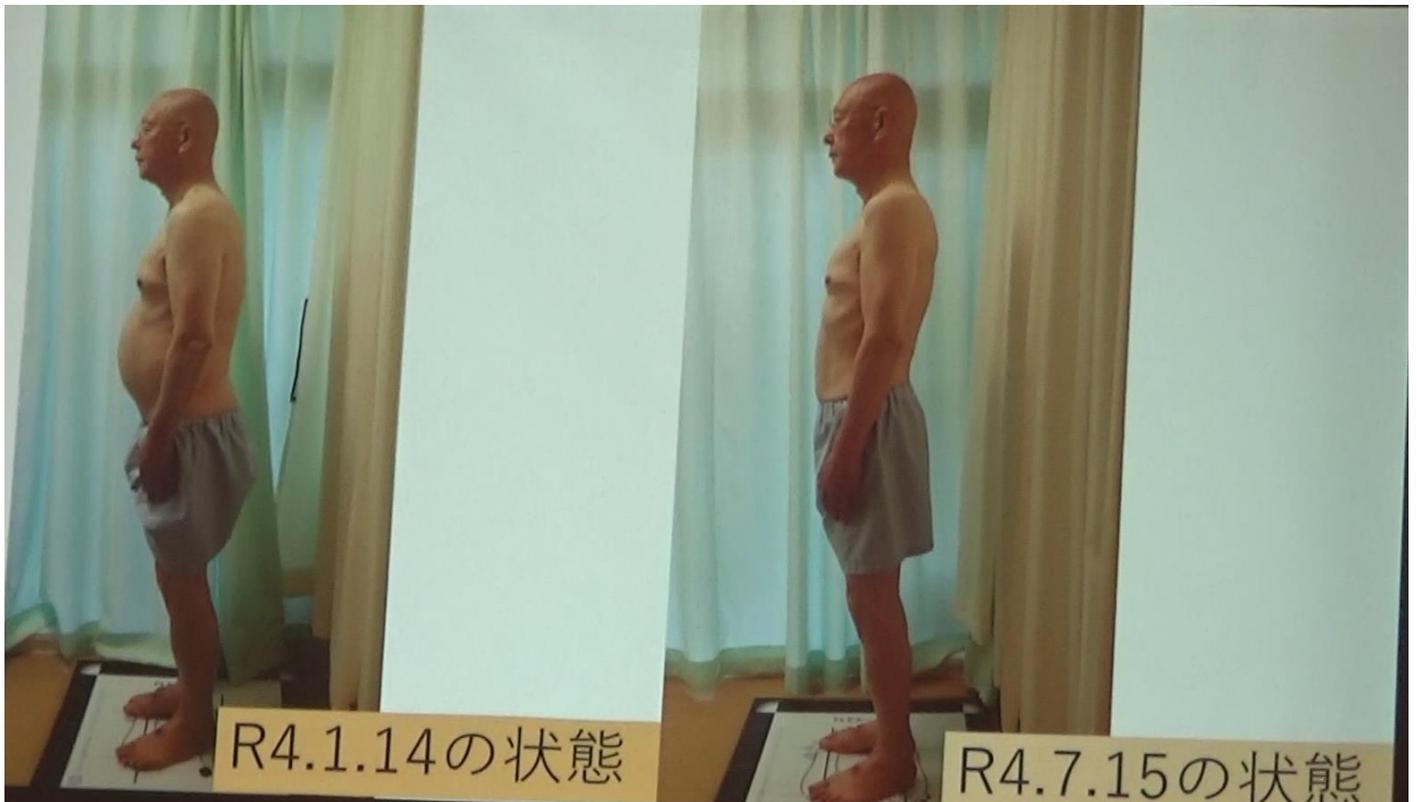
「夏のお盆の行事前に、資料が整いましたので近くの総合病院の循環器内科の先生に見ていただいて、うれしい一言が帰ってきましたね。」

前島さん

「去年の年末に検査した心臓の写真と現在の写真を比べて見てもらうと、心臓は美しくなっています。血管も血流も問題ありませんので、ペースメーカーを入れる必要は全くありませんと言われました。」

石垣院長

「前島さんは脳梗塞の再発予防とペースメーカーを入れたくないということでたまごビルに来られました。治療を受けてペースメーカーを入れる必要がなくなったことはうれしいことです。」



石垣院長

「なぜ、これほど多くの症状がよくなるのかということです。まず姿勢の話からしていきます。この写真を比べていただくと一目瞭然です。ここまで改善すると呼吸と循環も良くなります。私の一番基本的な考え方はこれです。40億年前の細胞も人間の細胞も細胞だけでは生きていけません。外から吸収し、代謝して、排泄するということが必要です。」

そして一番のポイントは肺には空気と血液が入っていますので、呼吸と循環には横隔膜の上下動が関わってきます。この視点を臨床に応用することであらゆる病気に対応できるようになりました。

次に食べ方についてです。王寺中学の講演分です。大食い・早食いをすることにより胃が膨らみ、胃の上にある横隔膜の上下動は制限され、肺も伸び縮みしなくなり、呼吸と循環が悪くなります。

大食い・早食いにより胃が膨らむことで、上腹部の柔軟性が失われ、下腹部に重心が乗らなくなります。

そうすると力学的バランスが崩れ、頸部痛・背部痛・腰痛などあらゆる整形外科的疾患に繋がります。

決断力や大局観が得られることについては腹腔神経叢が関与しています。上腹部の柔軟性を作ることで、精神面も改善していきます。

まだしっかりと医学的に証明されていることではありませんが、横隔膜が上に上がると骨盤底筋群も上に上がります。横隔膜が下に下がると骨盤底筋群も下に下がります。呼吸をしっかりと行うことで、横隔膜と骨盤底筋群の間にある肝臓・胃・小腸・大腸・脾臓・膀胱・腎臓のすべての代謝が上がります。前島さんの尿意のコントロールが可能になったことはこれらが関連しています。」

石垣院長

「残り時間も迫ってきましたので、先ほどのらっきょう事件について触れていきたいと思います。5月10日の背中の中の緊張の度合いが強く、耳鳴りもあり袈裟が落ちるということがありましたね。しかし、前島さんは背中の中の緊張度合いについて何も感じ取っていませんでしたね。感じ取ることができていれば、少し休もうとなりますが、感じなかったので休まなかったということですね。これが一番怖いのです。元気そうに見える人が突然ぽっくり死んでしまう原因はここにあります。本当に元気な人は突然死にません。自分の不調を感じ取っていないだけです。失体感症です。そこでどんなスケジュールを入れていたのかレポートにしてもらいました。そうするとしゃがんだ状態で90分もさっきょうを洗っていたそうです。しゃがんだ状態では上腹部は動きませんので肺も動かず、呼吸も循環も悪くなっています。次に袈裟が落ちた話について触れていきます。」

前島さん

「らっきょう作業の次の日のことです。正座をして頭を下げたときにストンと首から袈裟が落ちました。」



石垣院長

「これの原因は脊柱起立筋がらっきょう事件により緊張していますから背中に力が入りません。

首も普段より力が入らなくなるため、いつもより頭の位置が低くなり、袈裟が落ちたということです。

他にも、1日に2件の葬式があった時も背部の緊張と耳鳴りがありましたよね。

つまり症状が現れた時ほど日常生活の内容を見直す良いタイミングだということです。

次に農場経営の行き違いの時ですね。一般社会で満足に仕事ができない人を簡単な仕事ならということで農場で働いてもらっていました。前島さんも年齢を考慮して経営を譲ろうという話になった時、後日になって経営を引き受けた人が中止すると言い出したんです。そこで耳鳴りや背部の緊張が現れるようになりました。今までになかったお経が止まることもあったとのこと。」

前島さん

「農場経営事件の翌日、突然お参りに来られた方にお経を読んでいると、いつも読んでいるお経がぱっとわからなくなりました。」

石垣院長

「日常生活の中で、精神的・肉体的ストレスがかかると上腹部がかたくなり種々の症状が出てきます。次はお盆のスケジュールについてです。優しく厳しい副院長が息子さんを連れてくるように言いましたね。」

前島さん

「そうです。副院長先生の言う通りで、東京から帰ってくる息子に手伝ってもらうことで、東京のコロナを怖がって少しのキャンセルは出ましたが、もうほとんどの方々に喜んでいただくことができました。」

石垣院長

「それではこの時の裏話を少し見ていただきたいと思います。」



石垣院長

「日常生活の中で思いもよらぬ出来事がいつ起こるかわかりません。ストレス・食べ過ぎ・睡眠不足などで上腹部はかたくなり、呼吸が浅くなることでお経が続かないということが起こります。コロナがどうこうではなく、東京の息子さんに手伝ってもらうべきです。それが子供の責任です。帰ってこず、気が付いたら脳梗塞で倒れていましたなんてことになれば、気が付きませんでしたすみません。お盆の忙しさは知っているはずですから、それで手伝わせないのはあほを作っています。」

前島さんの奥さん

「わかりました。言います。絶対言います。
私が言いますとなると、この人は息子には息子のやるべきことがあると反対します。」

石垣院長

「そんなあほなことはない。親の命より大事なものはありません。」

前島さんの奥さん

「今日帰ったら言います。夫が反対しても喧嘩になっても言います。」

石垣院長

「それならどんどん夫婦喧嘩しなさい。そして息子さんに帰ってきてもらいなさい。」

前島さんの奥さん

「本当にありがとうございます。」

石垣院長

「厳しいことを言いました。すみませんな。」

石垣院長

「ということがありました。最後に、遠くから来ていただいている先生方に一言頂きたいと思います。」



四方先生

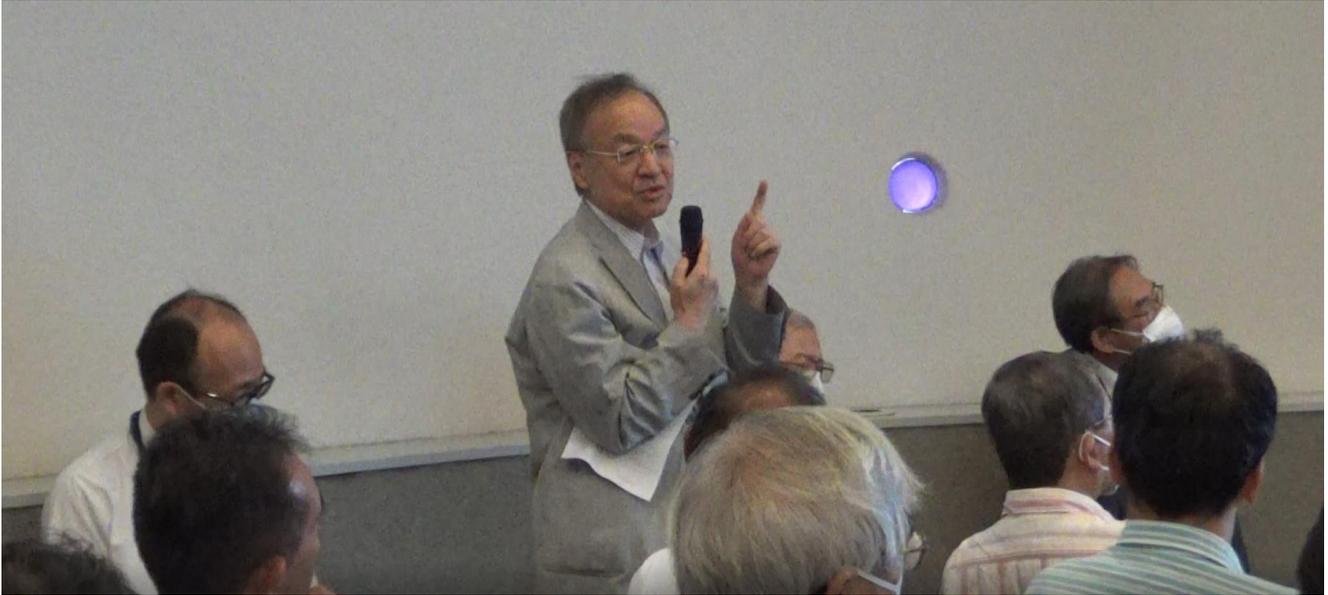
「ベッドの上に立たれた時は転倒が心配でしたが、足腰もしっかりしていましたね。
失礼ですが、おいくつになられますか。」

前島さん

「72歳になりました。」

四方先生

「ありがとうございました。」



福井先生

「皆さんもご覧になられたように、身のこなしが違いますね。足腰もしっかりしています。素晴らしいと思います。石垣先生のような日常生活をいかに変えていくかということは大切です。しっかりと体重をコントロールして適度な運動をすることがほとんどの病気をよくすることがはっきりしています。前島さんはそれを実践されていて素晴らしいです。」



別府先生

「二人のかけ合いも見事でした。最近の医者は患者本人のことをよく考えたり、その家族を巻き込んで考える医者がほんとに減っていると思います。病気というものは特殊なもので、専門家が相手をするかのように考えてしまいますが、病気というのは日常生活の中にあるものですから、病気を改善するには家族の協力が必須だと思います。エビデンスというものがありますが、若いドクターはほんとにガイドラインとかエビデンスとかばかり見ているように感じますが、実際の生身の人間と関わりながら対応していくものだと思います。」

石垣先生

「それでは今日の講座は前島さんの体験発表によるものでした。今日はこれで以上となります。」

