

完治に至るまでの治療内容、体の変化を  
数値化し詳しく記された手記

「リウマチ性多発筋痛症（完治記録）」

眞鍋 務 62歳

2015年12月11日

1. 発症からの6か月間

平成26年5月、首・背中・臀部のこわばりと激痛で、日常生活がまともに送れなくなりました。A整形外科で診察とレントゲン検査を受けましたが異常はありませんでした。病名が特定できず。とりあえず痛み止め薬（「セレコックス錠100mg」朝夕1錠服用）を処方されることになりました。

痛み止め薬を飲むと、薬が効いている間だけは、こわばり・痛みが50%程度軽減しました。しかし、発症後1週間経つ頃には上腕筋・股関節まわりの激痛も加わり、寝返りができなくなり、眠れない日々が続きました。服用を2か月続けて様子を見ても、一向に改善する気配はありませんでした。

平成26年7月、B整形外科を受診すると「骨ではなく筋肉の痛みです。痛みを認識する脳と発生源の筋肉との間にある痛みの回路を断ち切る」との事で「トリガーポイントブロック注射」をしてもらうことになりました。ブロック注射は2か月間にわたり計6回行いましたが、改善しませんでした。この間、「セレコックス」を200mgに増量して、なんとか日常生活を送っていました。治る方向性につかめず途方に暮れる毎日、軽度の鬱状態でした。

平成26年11月、C大学病院の総合内科を受診しました。血液検査の結果「リウマチ性多発筋痛症」と診断されました。しかし、「ステロイド」を処方すると聞いて退散しました。早速、インターネットで「リウマチ性多発筋痛症」について検索してみると「松本医院」がヒットし「ステロイドを絶対使わない」と書かれていました。書かれている理論は正直、半信半疑でしたが、「リウマチ性多発筋痛症」患者の手記はどれも壮絶な闘病記で、同志的共感を持ちました。「松本医院に行けば治るかも」と思い、すぐさま通院開始しました。

2. 松本医院からの1年間

①平成 26 年 11 月

赤沈 : 78 (正常値 5 以下)	CRP : 3.08 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 115 (正常値 2 以下)
--------------------	-------------------------	---------------------------------

症状改善度 : 0% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)

両肢挙上角度 : 30 度 (水平肩位置 90 度)

朝のこわばり : 90 分

寝返り可否 : 不可

睡眠時間 : 0 時間

膝屈伸角度 : 30 度

歩行速度 : 0.5km/h (よちよち歩きで 50m 歩くのがやっとの状態)

処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2 錠

漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」

鍼治療 : 1 回/週 (松本医院)

灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)

その他 : 免疫を低下させるすべての薬の服用を中止し、漢方薬を中心に免疫力を向上させてヘルペスウイルスと闘う。自分の免疫以外ではこの病気は絶対に治せない。「医者が治すのではなく、あなた自身が治すんだ」という考えに納得しました。通院初日から「痛み止め薬」服用を中止したため、リバウンド的に全身に痛みが襲いかかってきました。日常生活すべてにわたり妻の介助が必要となりました。24 時間痛くて、痛くて、まさに「地獄の苦しみ」でした。「必ず治る、必ず治すんだ」という希望と家族の支えが不可欠でした。

②平成 26 年 12 月

赤沈 : 77 (正常値 5 以下)	CRP : 2.22 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 124 (正常値 2 以下)
--------------------	-------------------------	---------------------------------

症状改善度 : 0% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)

両肢挙上角度 : 30 度 (水平肩位置 90 度)

朝のこわばり : 90 分

寝返り可否 : 不可

睡眠時間 : 0 時間

膝屈伸角度 : 30 度

歩行速度 : 0.5km/h (よちよち歩きで 50m 歩くのがやっとの状態)

処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2 錠

ル 400mg) 2 錠

漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」

鍼治療 : 1 回/週 (松本医院)

灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)

その他 : 不眠改善薬「ハルラック錠 0.25mg」を服用しましたが「幻覚」「悪夢」症状が出るため 1 回で中止しました。股関節まわりの痛みに加えて「ムズムズ」感がひどくなり、横になってもじっとしていただけませんでした。すべての症状は、「ヘルペスとの戦いの証なのだから歓迎しよう」と考えました。

### ③平成 27 年 1 月

赤沈 : 56 (正常値 5 以下)	CRP : 2.02 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 124 (正常値 2 以下)
--------------------	-------------------------	---------------------------------

症状改善度 : 0% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)

両肢挙上角度 : 30 度 (水平肩位置 90 度)

朝のこわばり : 60 分

寝返り可否 : 不可

睡眠時間 : 1 時間

膝屈伸角度 : 30 度

歩行速度 : 0.75km/h (ゆっくり歩きで 300m 歩くのがやっとの状態)

処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシコピル 400mg) 2 錠

漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」

鍼治療 : 1 回/週 (松本医院)

灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)

その他 : 2 か月間、処方薬・漢方風呂・鍼・灸を完全に消化してきましたが、症状の改善や変化がありませんでした。もっと気長に長期戦が必要な病なのだと認識しました。ストレスのない生活、化学物質の摂取を最小限にすること、前向きに明るく暮らすことを心がけました。食習慣の見直し→大豆製品を食べない (発酵食品は OK)、玄米を白米にして量を減らしました。「ω-3 系脂肪酸」である「亜麻仁油」を毎日摂りました。

### ④平成 27 年 2 月

赤沈 : 63 (正常値 5 以下)	CRP : 1.50 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 123 (正常値 2 以下)
--------------------	-------------------------	---------------------------------

症状改善度 : 0% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)

機能)

両肢挙上角度 : 30 度 (水平肩位置 90 度)  
朝のこわばり : 60 分  
寝返り可否 : 不可  
睡眠時間 : 2 時間  
膝屈伸角度 : 30 度  
歩行速度 : 0.75km/h  
処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロ  
ル 400mg」2 錠  
漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」  
鍼治療 : 0 回/週 (鍼治療のあと症状が若干悪化する傾向があるため 2 月  
以降中止)  
灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)  
その他 : 右膝から臀部にかけて、らせん帯状に「アトピー」が発症しま  
した。「クラススイッチ」現象?。かゆみや痛みは少なく「紫  
雲膏」塗布で対応しました。血液検査「MMP-3」(リウマチ検査)  
=111.4 で陰性でした。

⑤平成 27 年 3 月

赤沈 : 44 (正常値 5 以下)	CRP : 1.22 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 83 (正常値 2 以下)
-----------------------	----------------------------	--------------------------------

症状改善度 : 0% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動  
機能)

両肢挙上角度 : 30 度 (水平肩位置 90 度)  
朝のこわばり : 60 分  
寝返り可否 : 不可  
睡眠時間 : 2 時間  
膝屈伸角度 : 30 度  
歩行速度 : 0.75km/h  
処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロ  
ル 400mg」2 錠  
漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」  
灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)  
その他 : 血液検査の数値は良い方向に改善しましたが、症状は一向に改  
善することなく 4 か月が過ぎました。とにかく、日々免疫を高  
め、希望を持ってヘルペスとの戦いを続けるのみと考えていま  
した。無理のない程度でストレッチ運動等のまねごとを実施し  
ました。

⑥平成 27 年 4 月

赤沈 : 50 (正常値 5 以下)	CRP : 0.95 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 80 (正常値 2 以下)
--------------------	-------------------------	--------------------------------

症状改善度 : 20% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)

両肢挙上角度 : 60 度 (水平肩位置 90 度)

朝のこわばり : 30 分

寝返り可否 : 不可

睡眠時間 : 6 時間

膝屈伸角度 : 90 度

歩行速度 : 1.0km/h

処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2 錠

漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」

灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)

その他 : 5 か月目にして症状の改善がみられ、嬉しい限り。睡眠も良好で体力的・気分的にも楽になってきました。

⑦平成 27 年 5 月

赤沈 : 40 (正常値 5 以下)	CRP : 0.36 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 90 (正常値 2 以下)
--------------------	-------------------------	--------------------------------

症状改善度 : 30% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)

両肢挙上角度 : 80 度 (水平肩位置 90 度)

朝のこわばり : 15 分

寝返り可否 : 不可

睡眠時間 : 6 時間

膝屈伸角度 : 90 度

歩行速度 : 2.0km/h

処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2 錠

漢方風呂 : 1 回/2 日「解毒潤肌湯」

灸治療 : 1 回/日 (全身 40 か所、妻が実施)

その他 : 少しずつ良くなっているのが実感できました。両手が後ろで組めるようになりました。

⑧平成 27 年 6 月

赤沈：27（正常値 5 以下）	CRP：0.41（正常値 0.3 以下）	ヘルペス抗体価 HSV：114（正常値 2 以下）
-----------------	----------------------	------------------------------

症状改善度：50%（首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能）

両肢挙上角度：90度（水平肩位置 90度）

朝のこわばり：10分

寝返り可否：不可

睡眠時間：6時間

膝屈伸角度：90度

歩行速度：3.0km/h

処方薬：食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2錠

漢方風呂：1回/2日「解毒潤肌湯」

灸治療：1回/日（全身 40か所、妻が実施）

その他：毎朝のラジオ体操を再開しましたが 5%の出来でした。（音に合わせてわずかに動くだけ）血液検査「抗 DNA 抗体」「抗カルジオリピン抗体」「抗 Sm 抗体」の膠原病検査＝いずれも陰性。

#### ⑨平成 27 年 7 月

赤沈：16（正常値 5 以下）	CRP：0.19（正常値 0.3 以下）	ヘルペス抗体価 HSV：120（正常値 2 以下）
-----------------	----------------------	------------------------------

症状改善度：60%（首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能）

両肢挙上角度：120度（水平肩位置 90度）

朝のこわばり：5分

寝返り可否：不可

睡眠時間：6時間

膝屈伸角度：120度

歩行速度：3.0km/h

処方薬：食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2錠

漢方風呂：1回/2日「解毒潤肌湯」

灸治療：1回/日（全身 40か所、妻が実施）

その他：ラジオ体操を 50%の出来でできるようになりました。椅子・テーブル生活から「掘りごたつ」生活に変更しました。

#### ⑩平成 27 年 8 月

赤沈：17（正常値 5 以下）	CRP：0.21（正常値 0.3 以下）	ヘルペス抗体価 HSV：111（正常値 2 以下）
-----------------	----------------------	------------------------------

症状改善度：70%（首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能）

両肢挙上角度：150度（水平肩位置 90度）

朝のこわばり：5分

寝返り可否：不可

睡眠時間：6時間

膝屈伸角度：120度

歩行速度：3.0km/h

処方薬：食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2錠

漢方風呂：1回/2日「解毒潤肌湯」

灸治療：1回/日（全身 40か所、妻が実施）

その他：ラジオ体操を 70%の出来でできるようになりました。

#### ⑪平成 27 年 9 月

赤沈：9（正常値 5 以下）	CRP：0.07（正常値 0.3 以下）	ヘルペス抗体価 HSV：108（正常値 2 以下）
----------------	----------------------	------------------------------

症状改善度：80%（首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能）

両肢挙上角度：150度（水平肩位置 90度）

朝のこわばり：0分（車の運転後、股関節まわりのこわばりがあったがこれもなくなった）

寝返り可否：可（少し痛い）

睡眠時間：6時間

膝屈伸角度：120度

歩行速度：4.0km/h

処方薬：食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2錠

漢方風呂：1回/2日「解毒潤肌湯」

灸治療：1回/日（全身 40か所、妻が実施）

その他：ラジオ体操 95%の出来。弓道の稽古を再開しました（3回/週）。インターバル速歩を開始しました（3回/週）。

#### ⑫平成 27 年 10 月

赤沈：4（正常値 5 以下）	CRP：0.06（正常値 0.3 以下）	ヘルペス抗体価 HSV：91（正常値 2 以下）
----------------	----------------------	-----------------------------

症状改善度 : 90% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)  
 両肢挙上角度 : 180度 (水平肩位置 90度)  
 朝のこわばり : 0分  
 寝返り可否 : 可 (わずかに痛い)  
 睡眠時間 : 7時間  
 膝屈伸角度 : 150度  
 歩行速度 : 6.4km/h (速歩時)  
 処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2錠  
 漢方風呂 : 「解毒潤肌湯」0回/2日 (10月より漢方風呂中止)  
 灸治療 : 1回/日 (全身40か所、妻が実施)  
 その他 : ラジオ体操 100%の出来。弓道での「跪坐」は出来ましたが、「正坐」は2秒しか出来ませんでした。日常生活での不自由さはほとんどありませんでした。

⑬平成 27 年 11 月

赤沈 : 6 (正常値 5 以下)	CRP : 0.09 (正常値 0.3 以下)	ヘルペス抗体価 HSV : 54 (正常値 2 以下)
-------------------	-------------------------	--------------------------------

症状改善度 : 100% (首・上腕筋・股関節まわり・膝まわりの痛み、全身の運動機能)  
 両肢挙上角度 : 180度 (水平肩位置 90度)  
 朝のこわばり : 0分  
 寝返り可否 : 可 (全く問題なし)  
 睡眠時間 : 7時間  
 膝屈伸角度 : 180度 (「正坐」も 10分以上できる)  
 歩行速度 : 6.4km/h (速歩時)  
 処方薬 : 食前「治打撲一方湯」、食後「大防風湯」、食後と寝る前「アシクロビル 400mg」2錠  
 灸治療 : 1回/日 (全身40か所、妻が実施)  
 その他 : 11/20 日本百名山の「霧島山」(1700m) に夫婦で登山しました。病気のことを忘れる日が多くなってきました。健康時の状態に戻り、自覚症状的には「完治」しました。来月いっぱい漢方薬だけ飲みきって治療を終了する予定です。

3. 「リウマチ性多発筋痛症」と出会って

①人生観の見直し

高い目標に向かって努力し、頑張るって、頑張るって、いっぱい無理をして、成

果をつかみ取り、まわりの期待に応え・評価を得る。公私にわたりそのような生き方をしてきました。その代償が、大きなストレスをいつも抱え、体内ステロイドを分泌させ、たびたび免疫を極度に低下させ、ヘルペスウイルスの増殖を許してしまいました。かくして「リウマチ性多発筋痛症」になりました。

病気になってからは、人生をもっとゆったりとして「おだやかな心」をもつこと、そして、がんばらずに、人と競わず、人と争わず、まわりの人といつも楽しく、そして「利他の精神」で何事にも感謝の心で過ごせばいいだけなのだ、考えるようになりました。性格は変えられないでしょうが、「人生観」の転換は出来そうに思っています。そういう意味でこの病気に出会えてよかったと思っています。安江さんの二番煎じですが「リウマチ性多発筋痛症さん、ありがとうございます！」です。

## ②妻のありがたさ

一人ぼっちなら「完治」まで来られたとは到底思えません。日常の介助、毎日の「灸」もさることながら、「激痛と不眠」の連続でくじけそうな時、妻の精神的な支えがあったからこそ乗り越えられたと思います。感謝の気持ちでいっぱいです。

## ③「松本医学」の広がり

「松本医学」に出会えて良かった。医療の本質は免疫の力を信じることにあると認識しました。免疫を抑え込むことにますます特化していく現代医療。それに苦しめられている人々を「松本医学」でどのように救えるのか、難解な問題ですが、「松本医学」の大きな広がりを願ってやみません。このレポートがほんの少しでもそれに役立ってくれることを希望します。最後になりましたが、松本院長本当にありがとうございました。