

「リウマチ性多発筋痛症手記」 白石 建三 64 歳

2012 年 11 月 23 日

「リウマチ性多発筋痛症」の治療経過手記

1) 発症

2012 年 6 月末頃から右足付け根に痛みを感じ始めました。私は定年退職後 2009 年 10 月から福岡県朝倉市美奈宜の杜に移住する様になり、ここはシニアタウンとして開発された地域で、県外からの移住者がほとんどです。私もこの地域の温泉とゴルフに誘われて、終の棲家としました。趣味のゴルフは週 1 回のペースでラウンドすると共に練習場にも足しげく通って楽しんでいましたので、ゴルフの影響ではないかと考えていました。

そこで、先ず 7 月 2 日に朝倉市の A 病院整形外科で診断していただき、「変形性関節症」との病名で非ステロイド性鎮痛薬とロキソニンテープを処方されました。しかし、痛みを感じる部位が両足付け根、両膝、両肩へと拡大して来て、朝ベッドから起き上がる際に体のこわばりを感じたり、夜ベッドで寝返りする際に背中から肩にかけての痛みを感じていました。また、歩く時に少しびっこを引く様になり、車に乗る際には右足が上がりず両手で持上げたり、趣味のゴルフも出来ない状況になりました。私は、定年まで某製薬会社に勤務していましたが、退職後には薬剤師の資格を活用して近くのドラッグストアで週 3 日のパート勤務をしています。発症後は非ステロイド鎮痛薬を服用しながら勤務は継続していましたが、ゴルフが出来ない体になっては働く目的が消失してしまいそうでした。その後、両足付け根、両膝の痛みは軽減しましたが、痛みを感じる部位は両肩と首周りへと移動しました。

2) 治療経過－1

2012 年 7 月 6 日に久留米市の B 大学病院整形外科を受診しました。

レントゲン検査では特に異常はありませんでしたが、血液検査で、CRP 値 (5.52mg/dl) と血沈の異常が確認され、当日、院内で膠原病内科を紹介されました。7 月 13 日に膠原病内科で再度血液検査を実施していただき、抗 CCP 抗体 (<0.6U/ml) の異常は認められず、関節リウマチではないことが確認されました。先生は病名を「リウマチ性多発筋痛症」と推定され、治療法としてはステロイド薬の服用 (20mg/日よりスタート) を提案されました。しかし、薬学

知識を有する私としてはステロイド薬連用の副作用が危惧されました。インターネットで「リウマチ性多発筋痛症」の原因、治療法について検索していましたが、大阪の松本漢方内科医院ではステロイド薬を使用しない治療法が実施されていることをタイムリーに知ることが出来ました。そこで、B大学病院膠原病内科の先生にステロイドを使用しない治療法を先ず検討させていただきたいと申し出て、了解されました。なお、この先生は温厚な方で、その治療法で改善出来なかった場合にはステロイド治療を受けに来る様にと書いていただきました。この時期の体調は 37℃前半の微熱、3kg の体重減少と夜間の頻尿(約 2 時間毎)がありました。

3) 治療経過－2

2012 年 7 月 20 日に新幹線で大阪に出かけ、午後 2 時半過ぎに高槻駅近くの松本漢方医院を家内とともに初めて訪問しました。インターネットで松本医院のホームページを検索し、「リウマチ性多発筋痛症」に関する院長の論文や患者さんの手記等は事前に確認していました。松本先生診断の前に、当院での鍼灸治療を先行実施されたのには驚きましたが、鍼灸治療は免疫を向上させる作用があり、リウマチ関係の治療には必須とのことでした。先生には、今までの経過、私の体調及び服用薬履歴等を説明しました。先生は、私の福岡での血液検査結果及び問診から判断されて、「リウマチ性多発筋痛症」との診断をされました。当日は、採血後に内服抗ヘルペス薬（ベルクスロン錠 400mg）、内服漢方薬（大防風湯）2 週間分と漢方入浴剤 4 回分を処方され、近くの薬局で購入しました。私が遠方からなので、今後の通院は、月一回のみで薬は、後日送付していただくことになりました。なお、血液検査結果は、送付される薬に同封されることになりました。また、薬を電話注文する際には先生と直接会話して、電話診断していただくシステムとなっています。

4) 治療経過－3

2012 年 8 月 10 日には一人で松本漢方医院に出かけました。この頃は微熱と夜間の頻尿はなくなり、下半身の痛みも気にならなくなっていました。両肩と首周りの痛みはありました。ドラッグストアへの週 3 回の勤務日前夜と当日朝のみは、A 病院整形外科で処方される非ステロイド鎮痛薬を服用していました。その日は、採血と先生の診断を受けました。処方薬は初診時と同じで、後日、血液検査結果を同封して送付されました。なお、8 月になってから、朝倉市で近くの鍼灸医院に週一回通う様にしていました。一方、我が家では美奈宜の湯の温泉を引いていますので、漢方入浴剤は露天風呂で使用し

ています。毎日、温泉に入って、痛みを感じる部位をマッサージしているのも改善効果として出ている気がします。

5) 治療経過－4

2012年9月14日に松本漢方医院へ出かけました。この頃は両肩と首まわりの痛みは軽減していましたが、新たに両手首の痛みが気になる様になっていました。「リウマチ性多発筋痛症」の病名通り、痛みを感じる部位が移動します。ヘルペスウイルスが抵抗しながら移動しているのでしょうか？ 当日も採血と先生の診断を受けました。今回の処方薬も前回(8月)と同様で、薬と血液検査結果は後日、送付されました。2012年6月末頃に痛みが発症してから、約3ヶ月が経過した時点で、振り返って症状を見てみますと、朝起きてからの体のこわばりと痛みを感じる部位等は、7月が最も多かった様です。抗ヘルペス薬と漢方薬の服用が効いて来た様で、9月末頃には体調がかなり改善されて来ました。主な血液検査結果の推移を以下に示します。

「血液検査結果」

	7/20 採血	8/10 採血	9/14 採血
・CRP 定量	3.39	<u>1.55</u>	<u>0.44</u>
・MMP-3	389.9	391.3	368.1
・単純ヘルペス	9.2	－	10.8
・水痘ヘルペス	63.2	77.8	58.5

CRP 値は明らかに下がっていますが、他の数値はあまり変動していません。抗ヘルペス薬を毎日、約2ヶ月間服用していたのに、ヘルペスの数値は減少していませんでした。

6) 治療経過－5

2012年10月以降は、まだ両手首と右肩に痛みを少し感じていましたが、ドラッグストアへの勤務日前夜と当日朝に服用していた非ステロイド鎮痛薬の服用は必要なくなりました。体調がかなり改善して来ましたので、大阪まで行くのを止めて、福岡市のC整形外科リウマチ科医院で、今までの経緯を説明して、10月5日に血液検査をお願いしました。その結果、CRP 定量値は0.12と基準値(0.30以下)を下回りました。なお、本医院ではリウマチ関連の疾患に対しては、原則としてステロイド治療を実施しているとのことでした。体調が良くなって来た中で、私には抗ヘルペス薬連用の腎臓への副作用不安がありましたので、松本先生の許可を得ていませんでしたが、抗ヘルペス薬の服

用を10月6日から約1ヶ月間中止して見ました。また、鍼灸医院での治療も9月末で中止しました。一方、加齢とともに体内の核酸が減少してきて、免疫力が低下するとの情報をインターネットで得ていましたので、核酸ドリンクを10月5日から毎日飲む様にしました。2012年11月5日にC整形外科リウマチ科医院で再度血液検査をしていただきましたが、CRP 定量値は0.12で10月と同様でした。この間は、内服漢方薬(大防風湯)は服用していました。

主な血液検査結果推移を以下に示します。

「血液検査結果」

	10/5 採血	11/5 採血
・CRP 定量	<u>0.12</u>	<u>0.12</u> (基準範囲 0.30 以下)
・MMP-3	299.0	266.5
・単純ヘルペス	7.7	10.8
・水痘ヘルペス	33.6	26.2

抗ヘルペス薬の服用は今回の採血を実施した期間中は中止していましたが、CRP 値は基準値以下に下がりました。他の数値も7月~9月の時よりは減少しています。

7) 治療経過－6

2012年11月に入ってから、体調がずいぶんと良くなって来ましたので、ゴルフの練習を4ヶ月振りに再開し、11月3日には近くの秋月カントリークラブで久しぶりのラウンドもしました。まだ、下半身の踏ん張りが弱いため、飛距離は発症前の約80%で、前後左右のバラツキもありました。しかし、発症してから4ヶ月後にゴルフが出来る体調までに回復しました。

11月16日には松本先生に電話して、その後の経過報告をさせていただくとともに、短期間に体調が改善して来たことへのお礼を申しあげました。先生からは、MMP-3 値が200以上であることから、抗ヘルペス薬と漢方薬の服用をもう少し継続する様にとのご指導がありました。そこで、2週間分の薬を送付していただき、11月18日から服用を再開しています。

12月初旬にC整形外科リウマチ科医院で血液検査を実施する予定です。

その結果を松本先生に報告して、今後の治療法の参考にして行きたいと考えています。

8) 総括

2012年7月20日に松本漢方医院を訪問し、「リウマチ性多発筋痛症」治療法として抗ヘルペス薬、漢方薬(大防風湯)の服用と薬用入浴剤や鍼灸治療の併用も実施することになりました。一般的に使用されているステロイド薬を服用することなく、この治療法を早期に開始出来たお陰で、炎症反応を示すCRP 定量値が約3ヶ月で基準値(0.30以下)以下となり、現在では痛みを感じる部位はほとんどなく、私の体調が約80%程度に回復してゴルフを出来る状況になって来ました。今回、「リウマチ性多発筋痛症」を発症し、その治療経過をまとめて見ましたが、ポイントと考えられることを以下に整理しました。

- ① 当初、「変形性関節症」と診断されて非ステロイド鎮痛薬での治療を開始しましたが、その後、早い時期(約2週間後)に「リウマチ性多発筋痛症」であることが特定されました。
- ② 久留米市B大学病院膠原病内科では、「リウマチ性多発筋痛症」の治療法としてステロイド薬の使用を提案されましたが、それを保留して、大阪の松本漢方医院を訪問し、早期に抗ヘルペス薬と漢方薬(大防風湯)等での治療を開始出来ました。
- ③ 発症原因としては、ドラッグストアでの週3日、1日8時間勤務でストレスが溜まって来ていたためではないかと推定されます。7月途中から1日6時間勤務へ変更させていただきました。この変更により、64歳の私にとっては1日の精神的負担がかなり減少しました。
- ④ 今後の再発防止に向けては、自己の免疫力を高めておく必要があると実感し、現在は核酸ドリンクの飲用を継続しています。

一般的なステロイド薬を使用せず、この特異的治療法をしていただいた松本先生に感謝申し上げます。また、手間がかかる漢方薬の煎じ役を担当してくれた家内にも感謝しています。

以 上