

「腰痛と急性盲腸炎で考える医療アプローチの相違」

【3度目の腰痛】

10月末のハロウィーンの直前の土曜日、突然腰痛に襲われた。朝洗面所で顔を洗うためにかがみ込んだ瞬間、嫌な感じが腰に走り、その直後から右の腰が痛み始めた。痛みはどんどん強くなって、とうとう立ち座りの際に激痛が走り、普通に歩くことも出来なくなった。過去10年で腰痛は2回経験している。今度で3度目、しかし一番痛みはひどい。

一度目の腰痛の時は、普通の西洋医療のクリニックに行ったが、レントゲンで骨に異常がないことを確かめると、後は鎮痛剤の投薬をするだけだった。それでは根本的な治療になっていないと思い、2回目の腰痛に襲われた時は、近所に評判の良い整体治療のクリニックがあったので、そこに行った。30歳代の藤巻さんという医師だったが、診察台の上に寝た私の肢体を暫く伸ばしたり曲げたりした後、「竹中さんの腰痛は、首から来ているね」と診断。それでどういう治療をするのかと思ったら、まるで人形のずれた首をそっとはめ直すような動作を私の首に2、3度繰り返した。強い力はけっして入れない極めてソフトな治療だった。なんと驚くことに、これだけで痛みは半減し、同じ治療を二日後に繰り返し、以後痛みは完全に消えてしまった。

しかし今回は頼りの日本の整体治療師もいない。どうしたらいいか？カイロ・プラクティスについては、ボキバキ系治療で神経を痛める医療事故の話を知ったことがあったので、評判を確かめずに飛び込む気にはなれなかった。あちこち電話で聞いてワシントン・サークルで開業しているヨセフィさんというカイロ・プラクターの評判が良いこと知り、早速アポをとって急行した。ヨセフィ医師はイラン系の小柄で知的な女性で、診療台で腹を下にして横たわった私の背中に何やらマーキングをしながら、軽くつまんだり、押したり、まるで骨を覆っている肉と皮のずれを修正するような動作を20分程度繰り返した。これまた驚くことに、治療直後から腰の痛みは半減。翌日は歩いて出勤できるようになり、数日の間隔をおいた計3回の治療で痛みは完全に消滅した¹。

【一難去ってまた一難、急性盲腸炎で手術】

腰痛から一ヵ月後の11月下旬の日曜日、今度は腹部の激しい痛みで襲われた。痛みはどんどん強くなり、このままでは夜を越せないと思い、自宅近くの大手総合病院（Silbey Hospital）のEmergency Roomに急行した。そこで急性盲腸炎と診断され、翌日曜日早朝に手術を受けた。手術は全身麻酔で、麻酔薬の入った呼吸器をあてがわれると痛みが急に消え、気持ち良く眠って、ふと目が覚めると手術は終わって

¹ ヨセフィさんによると、無理な姿勢を持続したり、繰り返したりすると、身体は歪みを累積し、最後には痛みとなって現れると言う。私は事務所で2台のパソコンを左右に置いて使っているが、腰から下を動かさずに、腰から上だけ左右にねじって2台を交互に操作していた。これは脊椎に無理を強いるのでいけないと言われた。彼女のクリニックの電話番号、住所は以下の通り。水、金、日曜日のみ、完全予約制。ヨセフィさんのアポは最近日程タイトで取り難いようである。彼女の治療アシスタントに20歳台のアラビアン・ナイト物語に出てくるような細身で眼の美しいエキゾチックな美人がいる。彼女のアポは比較的簡単にとれる。Dr.Zahara Yousefi 202-452-1888 Three Washington Circle Lvel G Washington DC 20037

いた。何も覚えていないが、右下腹部に大きなガーゼがテープで止めてあるので、確かに開腹手術が終わったと実感できた。一日だけ鎮痛剤の投薬があったが、それを止めても微かな痛みが残るだけなので、私は気分もすっかり回復。火曜日の朝、退屈なのでベッドから起きて窓に向かって簡単な気功をしていたら、手術を担当した医師が術後の診断に来た。容態が良好であることを確かめると「家に帰りたいですか？」と聞く。手術跡の腫れもなく、痛みもないので、帰りたいたいと言うと、即退院が決まり、昼前に帰宅。女房が心配するのも聞かずに、翌日水曜日から平常出勤し、3日間でV字型リカバリーを果たした。

【2種類の異なる治療アプローチ】

身体の連続トラブルに見舞われた10～11月であったが、整体やカイロ・プラクティスに代表される非西洋医学治療（Alternative Medicine と英語では総称される）と、炎症を起こした盲腸の摘出という西洋医学治療の両方を短い期間に体験したことになる。これを契機に2つの治療体系の基本的なアプローチの違いを考えずにはいられなかった。

非西洋医学治療は、とんでもない似非治療の類から、技を極めた整体、カイロ・プラクティス、針、指圧、気功、漢方、その他薬草治療まで包含してしまうから、一括りに語るには無理がある。ただし私の経験した整体とカイロには術の流儀は異なるものの、共通したアプローチを感じる。要するに身体は骨、臓器、筋肉などの精妙な力学的なバランスの上に成り立っており、そのバランスの崩れ・歪みがトラブルの原因で、それが痛みの症状となって現れると考える。従って、治療はバランスの崩れを発見し、それを再調整することになる。おそらく身体には失われたバランスを回復しようとする一種の均衡回復力があるのだろう。医師はバランスを回復する契機となる刺激を身体に与えているのではなからうか。ただし、身体のどの部分に対するどういう刺激がそうした回復を促すのかは、分析的・因果関係的な解明よりも、経験則的な知恵に依存している度合いが高いようである。こうした「精妙な身体全体のバランスの崩れ」という種類のトラブルに対しては、現代の西洋医療のアプローチは貧弱である。私の腰痛の時もそうだったが、患者に鎮痛剤を服用させて、身体に負担を与えるような動作せず、予防のために筋肉を鍛えなさいと忠告する程度だ。

西洋医療的なアプローチが効果を上げるのは、トラブル（症状）の原因が局所的に特定でき、症状と原因に単線的な因果関係が働いている場合だ。盲腸が炎症を起こしたから、治療として盲腸を摘出するというのは、その典型である。盲腸なら不要な臓器だから摘出すればいいが、必要な臓器であれば、外科的手術で修理、あるいは投薬で化学的な補完をする。修理できないほど痛んでいる場合は、臓器移植をすることになる。単純化し過ぎかもしれないが、西洋医学のアプローチには身体を分解できる部品の集合体として考える発想があると思う。そうした発想を通俗的な形で推し進めたのが「フランケンシュタイン博士の怪物」である。人間の身体が取り替え可能なパーツの集合体なら、複数の死体からパーツを集めて複合し、一体の人間として甦らせることもできるだろうと考えるわけである。

勿論現代の西洋医学は、異なった生体間には拒絶反応が働くことや、免疫システムの複雑・精妙な仕組みをある程度解明しつつあり、単純な機械論的な認識は過去のものとなった。鬱病さえ、脳内の神経伝達物質の分泌不足が原因で起こることを解明し、治療薬も開発された。しかし身体のトラブルの原因を特定の臓器の故障、特

定の体内化学物質の分泌不足、あるいは過多というように、原因を特定する分析・還元的な発想は生きているし、目覚しい成果も上げて来た。ところがそれでも、単線的な因果関係として特定できず、「精妙なバランスの崩れ」としか言いようのない疾患、トラブルは数多くあって、西洋医学的な治療が万能なわけではない。

【気功】

西洋医学は種々の病気の症状に対して、万能ではないにしても、様々な処方を用意している。しかし「なんとなく気分がすぐれない」「身体がだるい」「よく眠れない」「肩が凝る」といった「精妙なバランスの崩れ」としか言いようのない状況に対する知恵は、総じて貧弱である。しかし現代人の健康ブームが求めているのは、こうした原因特定の難しい不快症状への処方、あるいは「病気ではない状態」以上のもう一段上のレベルの健康であろう。

こうした観点から注目できるのは、気功である。私は1991年に太極拳とそれに付随して気功を始めた。最初は新宿のアサヒ・カルチャー・センターの楊明時門下スクールに入り3年、93年からは川島規義師範の楊心会で99年まで直接川島師範から楊式と陳式太極拳、気功を習った²。

中国の気功師が超能力まがいの術を披露するTV番組が少なくないが、中国では気功師が手品師を兼ねていることがあるので、誤解を招きやすい。多少気功を経験した人なら、ゆっくりとした意識的な呼吸に合わせて腕を上下に動かす動作を代表的な気功動作としてイメージするであろう。自分で自分に行う気功、これは内気功と呼ばれる。私が習ったのもその一種である。強調されるのは呼吸法で、吐く息と吸う息、特にゆっくりと吐くことによって鎮静効果（リラクゼーション）が得られる。

【南京で見た奇妙な気功】

92年に楊明時門下の添野師範が主催する中国旅行に参加して、上海から南京まで1週間の旅行をした。南京での太極拳と気功の交流会で、地元の先生が「私たちが毎朝の実践を奨励している最新の気功、『香功』です」と言ってみせてくれたものがある。これは10種類程度の動作からなり、主に手を振り子のように左右、あるいは前後に振る動作でできている。振り子のように手をスイングするので、速すぎて動作に呼吸を合わせることはできない。気功の先生も呼吸については何もコメントしない。「どうしてこれで気功なのでしょうかねえ？」と添野師範もちよっと首をかしげたままだった。

南京で見た「香功」は「呼吸法がないのにどうして気功なのか？」この疑問は心に沈んで残った。その後、私は太極拳の門下を替え、陽心会を率いる川島師範の下で毎週稽古に通っていた。娘が1才になった96年のことである。女房と娘を稽古に同伴し、川島先生に挨拶をした。娘は私に抱かれたまま、片足をピョンピョンと振っていた。それを見た川島先生は、「ほう、元気で気分も良いようだね。人間でも動物でも気分が良い時は肢体を振るものだ。犬は嬉しくて興奮すると尻尾を振るでしょう」と言った。この言葉が南京での疑問を解く鍵になった。南京で見た「香功」は呼吸法がなくても立派な気功なのだ。同時に気功の本質が以前よりも鮮明に判った気がした。

² 川島師範は、日本の古武術、剣道、様々な中国拳法に精通した武術百般の師だったが、惜しいことに1999年に70歳を前にすい臓癌で急死されてしまった。武術と気功を極めても人間いつか死ぬ時は来るわけである。

【気功の本質】

人は気分が昂じると手を振り、足を踏み鳴らす。反対にリズムカルに手を振り、足を踏み鳴らすような動作を繰り返すと気分を高揚させるフィードバックが働く。例えば「**決起集会」などで声を上げながら拳を振り上げる動作を繰り返すのは、そうした高揚感の醸成を意図している。南京で見た「香功」はこのフィードバックを利用した活性系の気功だったのだ。だから一日の活動が始まる朝の実践に適している。

呼吸法を強調する気功はどうか？ 人は緊張すると息を吸って止める、緊張が解ける時は「はあ〜」と息を吐く。逆にゆっくりと息を吐く動作を繰り返すと心と身体をリラックスさせるフィードバックが働く。呼吸は意識的にも無意識的にも行われる。その意味で、呼吸は人間の意識的な活動と無意識的な活動域の接点であり、意識から無意識へのフィードバックを働かせるのに適しているのだろう。

人は緊張したり、興奮したり、リラックスしたり、落込んだりするが、こうした変化はなかなか意識的にコントロールできない。例えば、ストレスの多い現代人は必要以上に緊張状態が持続してしまいがちだ。ストレスによる緊張が恒常化すると免疫機能が低下することが検証されている。その結果、身体のトラブルが起りやすくなる。気功が呼吸動作を利用するか、手のスイングを利用するかは手段に過ぎない。気功の本質は、意識的な動作が心と身体は無意識的な領域に及ぼすフィードバック効果を利用して、無意識な領域の活動を調整するための訓練だったのだ。

【残された謎、古代にあった「気の文化体系」？】

気功については判った気(!)がするのだが、「気」それ自体の本質が何か、まだ判らない。似非超能力論者から真面目な医学的な研究者まで、実に様々な論者が「気」を語っているが、「そうか!判った」という気(!)がしない。しかし私たちの言葉には「気」の文字が実に多用されている。病気、元気、雰囲気、気分、天気、電気、空気、大気、などいくらでもある。まるで太古に壮大な「気の文化体系」が存在したが、「気」概念の本質は忘却され、遺産として沢山の言葉だけが残されたような感じだ。

気功師から放射される「気」を測定する医学者による試みもあった。確かに気功師が手に気を込めると、手の体温が上昇し、通常より強い赤外線が放射されることが検証されているが、それだけのことで、「気」の本質が解明されたわけではない。現代科学のアプローチで「気」を解明しようとする、それは物質なのかエネルギーなのか？エネルギーならば、熱なのか、電磁気なのか、あるいは？と問うことになるが、おそらくそうした分析的なアプローチでは「気」の概念は理解できないだろう。現代科学的とは異なる思考のパラダイムを持った古代中国人の生んだ概念を現代の概念に翻訳しようとするに無理があるのかもしれない。映画 Matrix の中で功夫(カンフー)の稽古でモフィアスはネオに向かって言う。“Don't try to understand. Just know you can do it.” 「気」もそうした対象なのだろうか。

以上