

# 対症療法の過ち

安保 徹

私はすべての対症療法を否定しているわけではありません。急性疾患で症状が激しく現れているときは、症状の勢いがおさまるまでの一定期間、薬を使用するのは有効です。薬の作用と症状(治癒反応)のバランスがとれているなら、治癒に向かっていくことができます。

またつらい症状を2～3割軽くするために薬を用いる程度であれば、体にダメージを与えることにはなりません。症状が少し軽くなってから、治癒反応を促すような治療を行っていきながら、そうした対症療法もプラスに作用すると思います。

**避けなくてはいけないのは、漫然と対症療法を続けることです。**ゆるやかに続いている症状を長期にわたって無理に薬で押さえ込むと、体が治ろうとする反応を完全に止めてしまい、いつまでたっても治癒には至りません。

## ● 血流を止め組織破壊を促す消炎鎮痛剤

消炎鎮痛剤は頭痛、腰痛、ひざ痛、生理痛、歯痛、関節痛など、ありとあらゆる痛みにも用いられています。大別して「アセトアミノフェン」「非ステロイド系消炎鎮痛剤」「モルヒネ」がありますが、ここでは非ステロイド系消炎鎮痛剤についてお話ししましょう。

消炎鎮痛剤の代表的な成分には、「アスピリン」「インドメタシン」「ケトプロフェン」などがあります。これらの成分は、体内でプロスタグランジンの産生を抑える働きがあります。

先ほどお話ししたようにプロスタグランジンには、血管を開く、知覚神経を過敏にして痛みを起こす、発熱させるなどの作用があります。消炎鎮痛剤を使って、プロスタグランジンがへると知覚神経が麻痺して痛みは和らぎます。

痛みが起こるそもそもの原因は血流障害です。消炎鎮痛剤でプロスタグランジンの産生を無理に抑えてしまうと、血管が閉じ血流障害はさらに悪化します。知覚が鈍麻して痛みがおさまっても、根本原因である血流障害は改善されないままです。

痛みがいったんおさまって薬をやめると、体は血流を再開させるために、再びプロスタグランジンを動員して血管を開きます。これでまた痛みがぶり返して——と、いたちごっこになってしまうのです。

血流障害は全身の細胞の活力を奪い、さまざまな病気を招きます。消炎鎮痛剤を常用している人の中には、血流が途絶えてしまうために冷えや耳鳴り、めまい、頭痛、腰痛を併発している人が少なくありません。

また、長期使用に伴って、自律神経のバランスも乱れていきます。プロスタグランジンには交感神経の緊張を抑え、アドレナリンの産生を抑制する作用もあります。そのためプロスタグランジンの産生を抑えると、交感神経は積極的にアドレナリンを産生するようになり、それに連動して顆粒球が増加し、活性酸素が大量発生し組織破壊が進みます。

このことは実験でも明らかになっています。痛み止め(「アスピリン」「インドメタシン」「ケトプロフェン」)を投与したマウスでは、アドレナリン、ノルアドレナリン、ドーパミンなど、交感神経の働きにかかわる神経伝達物質が顕著に増加します。また、投与量の増加に比例して骨髄での顆粒球産生量もふえることが証明されています。

## ● 新たな病気が上乗せされる

このような作用をもつ消炎鎮痛剤を、たとえば腰痛に使えばどうなるでしょう？  
〈腰が痛い→消炎鎮痛剤を使う→腰の痛みがぶり返す→消炎鎮痛剤を使う〉というくり返しは、〈交感神経の緊張→顆粒球の増加・血流障害→組織破壊〉という流れをつくり出します。同時に副交感神経の働きが抑えられることで、〈リンパ球の減少→免疫低下〉という最悪のサイクルができあがります。

その結果、高血圧、糖尿病、不眠症、便秘、頭痛など新たな病気が次々に上乗せされていきます。患者さんに別の症状が現れると、今度はそれを抑えるために、医師は降圧剤、経口糖尿薬、睡眠薬など新たな薬を処方します。こうして、終わりのない対症療法が始まるというわけです。

非ステロイド系消炎鎮痛剤は解熱薬としても使用されており、最近ではインフルエンザ脳症(インフルエンザから発症する脳炎。脳の内圧が上昇し、意識の混濁、嘔吐、興奮などが見

られ、死に至ることもある)の発症にも関与しているといわれています。医療機関にもこの情報は行き渡っているはずですが、万が一、入院中や外来の受診時に、「解熱剤の注射を打ちましょう」「『ボルタレン』の座薬を出しておきます」といわれたら、絶対に断らなくてはなりません。「アセトアミノフェン」は安全な解熱剤として推奨されていますが、小児科医の中には、これも安全とはいえないと指摘する人もいます。子どもが発熱したときは、とにかく水分補給を徹底して様子を見ましょう。口から水分がとれなくなったときは、外来で点滴を受けることもできます。自己判断で解熱剤を使用するのをやめましょう。

私は消炎鎮痛剤を絶対に使ってはいけないといっているのではありません。薬は病気の根本治療にはならないと自覚したうえで、頭痛がもっともつらいときだけ、症状を何割かへらすつもりで使うのならいいと思います。けれども、消炎鎮痛剤で症状を止め、これに頼りきって暮らしているというのであれば、そうした生活は改めなくてはなりません。

痛みはさまざまな症状の中で、もっともつらいものです。痛みがないときこそ、自律神経のバランスを整えて痛みの再発を防ぐことが大切なのです。

## ● 消炎鎮痛剤が引き起こす病気

消炎鎮痛剤は痛みや熱、炎症を伴う病気に用いられます。炎症が取れるのは、先にお話ししたように血流を止めて冷やす作用があるからです。痛みや炎症を消すその効果は、“血流障害の現れ”といい換えることができます。

頭痛や生理痛、ひざ痛、腰痛、カゼ、痔などで頻繁に消炎鎮痛剤を使う人は要注意です。長期連用による弊害は、臨床の現場でも日常的に観察されています。福田稔先生や斑目健夫先生(東京女子医科大学付属青山自然医療研究所クリニック医師)は、「痛み止めを使っている人は、体がものすごく冷えている。手足やおなか、お尻がまるで氷のように冷たい」といったり、「消炎鎮痛剤を長く使っている人で、頭痛に悩まされている人があまりに多いのには驚きます」といったりしています。もし、あなたに次のような症状や病気があり、消炎鎮痛剤を常用しているなら今すぐ使用を中止しましょう。

### ① 血圧が高い

心臓から送り出される血液が、血管の内壁に加える圧力を血圧といいます。消炎鎮痛剤は交感神経を緊張させて血管を収縮させます。血管が絶えず絞られていると、血管の抵抗が高くなり血圧が上昇します。

### ② 血糖値が高い

交感神経の緊張によって副腎から分泌されるアドレナリンは、血糖値を上昇させるグルカゴンというホルモンの分泌を促します。また、増加した顆粒球から放出される活性酸素は、インスリン(血糖値を下げるホルモン)を分泌する膵臓のランゲルハンス島を破壊します。これによって、インスリンの分泌能が低下するので血糖値は上昇します。

### ③ 手足が冷たい

交感神経が緊張して血流障害が起こると、末梢にまで血液が届かず、手足がいつも冷たいという症状が現れます。女性の場合、冷えから婦人病が発症することが非常に多いのです。なお、冷えはのちほどお話しするステロイド剤でも起こります。

### ④ 子宮内膜症といわれた

先の冷えにも関連することですが、消炎鎮痛剤の常用は婦人科疾患の発症リスクを高めます。生理時の頭痛や腹痛を和らげるために、消炎鎮痛剤を常用している人は、骨盤内の血流が悪くなるために、子宮内膜症や卵巣嚢腫にかかりやすくなります。

### ⑤ 頭痛・腰痛・生理痛など体のどこかが痛い

慢性的な血流障害と顆粒球の増加によって組織が破壊され、体のあちこちに痛みが生じるようになります。頭痛を止めるために薬を使っていたら、腰痛になった、ひざ痛になったという例はまったく珍しくありません。

### ⑥ 眠れない・気分が不安だ・疲れやすい・だるい

薬を使い続けることで交感神経緊張状態が固定し、体は常に興奮状態にあります。脈がカタカタと速く打つようになり、体は疲れやすく不眠になります。心臓もドキドキするので、気分がとても不安になります。