

令和3年7月5日

京口門だより No.93

長い梅雨が続き梅雨明けが待ち遠しいですが、世界各地で酷暑のニュースが報告されていて、コロナ禍のうえに酷暑の夏はごめん被りたいものです。

「車椅子に軋む痩せ尻梅雨明けず」(軽部烏頭子)

高齢になるとフレイルとサルコペニアに注意するようには言われますが、何のことか横文字では分りにくいことです。前にも少し触れたことがあります、フレイルとは虚弱ということです。サルコペニアは加齢性筋肉減少症をさしています。何も横文字でなくてもいいではないかと思いますが、言葉としては簡略で使いやすくもあります。

このサルコペニアのひとつに『首下がり症候群』という病気があります。首がいつも前に下がったままで、上に挙げることができなくなる状態です。この病気は加齢によって起こってくるばかりでなく、いろいろな神経・筋肉の病気に伴って起こってきます。たとえばパーキンソン病とって、手の振え、筋肉の硬直、動作の緩慢を特長とする神経の病気がありますが、この場合にもしばしば『首下がり症候群』が起こりますし、筋肉の過緊張状態になる神経の病気、また筋肉が弱ってしまうような神経の病気などでも起こってきます。これらは元になる病気の治療が必要ですし、治療法が難しい病気もあります。こうした神経や筋肉の病気を除いて、加齢や筋力低下によって起こってくる「首下がり症候群」に対しては、一般的に弱った筋肉を回復させるリハビリテーションを行ないますが、なかなか簡単には元に戻すことが難しいケースが多いようです。場合によっては外科的手術が行われることもあります。

こうした一般的な加齢や筋力低下による「首下がり症候群」は筋肉の弱りだけでなく、反対に首を上を支えようとして、一部の首の筋肉の過緊張も作りだしています。漢方ではこの筋の弱りとともに、筋の過緊張を起こしている状態を、「瘻(けい)病」と呼んでいます。瘻病を治す漢方薬はいくつかありますが、しばしば葛根湯や桂枝湯をベースに独活や瓜呂根を加えて用います。葛根湯は初期の風邪薬として有名ですが、葛根湯はまた頸・肩こりによく使われる薬でもあります。「首下がり症候群」では首や肩の筋肉の低下とともに緊張状態がありますから、葛根湯に筋肉の弱りを強くさせる独活(シシウドの根)を加えたり、桂枝湯に瓜呂根(キカラスウリの根)を加えて、筋力の弱りを補うようにします。

このような漢方薬はこの「首下がり症候群」に対して効果があるようです。漢方薬だけでなく、筋肉に刺激を与え、筋に力をつけたり、筋の緊張を和らげる意味で鍼治療を併用するとより有効となるようです。むろん首や肩のリハビリテーションを行っておくことも大切です。

