

病気になって

今年も3月から4月に体調を崩す方が多く、年度替わりの受診が一時に集中したのと重なり、予約が取りにくく大変ご迷惑をおかけしましたことを、お詫び致します。

体調の悪くなられた原因の多くは、花粉、P.M2.5~0.5、黄砂に対するアレルギーですが、放射性セシウムアレルギーの方もこの時期に悪化していました。花粉といっても、スギではなく、初夏、夏、秋の花粉症（花粉は出ていないのですが）でした。偏西風の影響でこの時期、中国方面からの大気汚染が厳しく、呼吸器系に症状が出ている方が多かったです。季節外れのインフルエンザ流行も原因の一つと思われる。このような時期こそ、睡眠、食事、休養などの生活習慣に留意しなければならないのです。と言う私自身が病気になってしまい皆様にご迷惑をおかけしました。反省を込めて振り返ってみます。

アレルギーのデパートと言われるくらい、子供のころから様々な症状に悩まされてきた私は、子どもの食物アレルギーを契機に食生活を変え、気付くと、とても元気になっていました。この十年余り寝込むことも無く少々花粉症で鼻炎が出ていたくらいでした。ところが4月6日に激しくしゃみと鼻水が出始め、それは葛根湯加川きゅう辛夷で治まったのですが、その後痰がらみの咳が続き、38度熱が出てきました。インフルなら仕事はできないため調べますと、インフルではなく、左肺の細菌性肺炎を起こしていました。どうりで、一つ咳をするだけでも息苦しくつらい。起炎菌を調べますと、肺炎球菌とヒブでした。鼻汁と喀痰は、この段階で膿み様でした。細菌培養の結果もORT検査と全く同じでした。適合する抗生物質と麦門冬湯、ムコダイン、ニポラジン、シングレア、天然ビタミンCを服用し、すぐよくなったのですが、3日ほどで菌交代現象が起き、抗生物質は不要なのにオリーブ葉が必要な非結核性抗酸菌の感染がやはり左肺に起きていました。オリーブ葉を多い目に服用しこれも約2週間で治りました。私にも、元気な時には何ともなく、そこらへんに存在している非結核性抗酸菌は、体が弱っているときには攻撃力を露わにするのだと分かりました。でも何事もいち早く対処することが大切だと痛感しました。

このように早く回復できたのは、最適な薬剤を選んで使用したこともあります。断食の効果も大きいと思います。病気を治すために全力で戦っている時、消化する余力はありません。病気の時は食べなくては治らないと思っている方が多いですが、食べると回復が遅れます。もちろん急性感染症の時です。食欲が無いというのは、食べるなというサインです。回復し始めると自然に食欲はでてきます。逆に言えば熱があっても食欲があるときは大した病気ではないということですね。アレルギーによる発熱では食欲はほとんど落ちません。慢性感染症には、また別の配慮が必要です。結局4日断食、あと4日汁物で10日目からやっと普通食にすることができました。4月末には100%回復しました。

もちろん超希釈尿療法（別掲）が有効であったことは言うまでもありません。経過中何度も作り直して服用しました。

思い返せば今年の初めから両親の病気が悪化して帰省したり、行事や雑用などで、ゆっくりと休んだ日がありませんでした。やはり休養は必要でした。

病気中は手をアルコールで消毒しマスク着用で、休診にすることなく仕事を続けましたが、十分な事ができず、この間おいでになった方には大変ご迷惑をおかけしました。経過をご報告し、お詫びとさせていただきます。