



## プラセボと頭痛と禁酒

山梨大学の鈴木先生からバトンを託されました産総研計測標準研究部門の加藤です。最近若手の会繋がりでバトンが渡されているようなのでそちらの話題を期待されたのかもしれないですが、もっと面白い話を出せそうな方がまだ残っていそうなので、その辺の話題はお譲りすることに、今回は別の話題を。

先日6年生になる上の娘がインフルエンザになり、リレンザを処方されました。ご存知のようにリレンザは飲み薬ではなく吸入型の薬で、吸入器に薬の入ったディスクを装填し、必要分だけ吸入します。娘は昨年新型インフルエンザに感染した際にもリレンザを処方されていたため、今年も手慣れた様子で吸入を始めました。しかし、何となくその様子に違和感があり、使用後の吸入器を借りてよく見てみると、ディスクにきちんと穴が空いておらず一粒の薬も吸入できない状態でした。驚いたのはここからで、本人によれば「去年も同じようにして使ったけど、一晩で熱が下がって元気になった」とのこと。つまり彼女は、昨年猛威をふるった新型インフルエンザを「空気を吸っただけで治した」ことになるわけです。人間の快復力というかプラセボ効果の強さをまざまざと思い知らされ、「プラセボがこれだけ強力なのであれば、実質的には砂糖玉や砂糖水に過ぎないものでも『これを飲めば病気は治る』」と思ひ込む人が後を絶たないのも道理だなどと妙な感心の仕方をしてしまいました。

インターネット上をうろろすると、「病気をしても近代医学に頼る必要はない！人間自身が持つ治癒力があれば大丈夫!!」とか、「近代科学は人類に悪影響しか与えていない！」などというフレーズが宣伝文句として通用していて、少々切なくなったりします。産業革命や近代医療・近代農業の発展のおかげで世界の人口がどのくらい増えたかを考えれば、近代科学が人類に与えた好影響が無視できるはずがありませんし、我々の親世代ですら、元々兄弟姉妹の数が多いとか、戦争の影響があったことなどを考えたとしても、その全員が成人を迎えられるケースが稀だったことを思えば、近代科学が今の我々に与えてくれた恩恵に感謝せずにはいられないと思うのですが、残念ながらそうは思えない人も世の中多いようです。

私とは言えば、特にこの1ヶ月ほどは、近代医学のありがたさを痛感している毎日を送っています。子供の頃から頭痛が多かったのですが、M2の頃から、最低1時間は七転八倒してしまうような激しい頭痛に時々襲われるようになりました。あまりの痛みに嘔吐することも

あり、その後の経験で1) 冬場の明け方が多く就寝中でも痛みで目が覚める、2) 一度頭痛が始まると1ヶ月以上毎朝続く、3) 疲労やストレスがたまると起きやすいが、夏場にはほとんど無い、4) 鎮痛剤はほとんど効果がない、などの傾向があることはわかっていましたが、そういう体質なのだと言めて医者にはかかりませんでした。

しかし、3年前に妻が「頭痛外来」の専門医が近所にいることを調べてくれました。ちょうど頭痛が起きていた時期だったので思い切って診察を受けたところ、「群発頭痛」と診断され、発症する原因は不明だが頭痛の発生機構は解明されていること、最近になって患者自身で使える痛み止めができたこと、発作の予防薬があることを教えてもらいました。効き目には個人差があるとの話でしたが、私は予防薬を飲み始めた途端（もしかしてプラセボだった？）に、それまで続いていた発作がびたりと止まり、発作が起きた時も点鼻型の専用鎮痛剤で、それまで1~2時間は苦しみ続けた頭痛が15分程度で治まるようになりました。まさに医療・薬剤の発展のおかげです。

しかし、一番助かったのは「病名のある既知の病気であり、しかも命に関わるものではない」という保証が得られたことでした。1人暮らしの頃、まだ暗く寒い冬の明け方、痛みで冷たい床の上を転げ回っていた時は「このまま死ぬのだろうか」という不安に襲われていたものですが、今は発作が起きたとしても「薬を使えば収まるし、死にはしない」と落ち着けるようになりました。完治することがなさそうなのは残念ですが、長い付き合いをする覚悟もできました。

今冬も11月下旬から発作期に入り、春までは緊急用の点鼻薬が手放せない生活が続きます。発作期はアルコールを摂取すると、ほぼ確実に頭痛が起きるので禁酒が必須です。この原稿を執筆している今は忘年会シーズン、そしてそのあとは新年会と、この時期の禁酒はとて残念ではあるのですが、毎朝の頭痛におびえ布団に入るのすら怖い生活に比べれば楽なものです。今は、禁酒期間明け、春爛漫の桜の下で飲む1杯を楽しみに、しばらくの我慢を楽しんでおります。

次回はまたもや若手の会繋がりで、都立産業技術研究センターの林 英男先生に御願いしました。先生には職場の移転などでお忙しい中、執筆を快諾していただいております。どうかよろしくお願いたします。

〔産業技術総合研究所計測標準研究部門 加藤尚志〕