

ずいそう



椎間板ヘルニア入院日記

阪 本 保 孝

●1999年12月24日。

3日前に検査したMRIの結果を聞くために来院し、そのまま入院することになった。ショックより、ほっと安堵した気分だった。

—思えば2,3年前からだったろうか、右足の外側が痛くなり始めたのは…。最初は筋肉痛と思い消炎鎮痛剤を塗ったりしていたが一向によくならず、この年の秋頃から急速に痛みが増し、歩くのも不自由を感じるようになってきた。12月14日夜、神戸ルミナリエを妻と一緒に見に行った時ついに歩けなくなった。歩くほどに痛みが累積していき限界に達してしゃがみこむ。不思議なことにしゃがむとスーッと痛みが引いていく。しかし、歩き始めるとまたじわじわと痛み出し遂にはしゃがむことになる。短い距離を何度もしゃがみこみながらやっとのことで家に辿り着いた。翌日会社を休んで安静にしていたが痛みは引かなかった。翌日病院へ行くとレントゲンを撮るまでもなく、あっさり椎間板ヘルニアと診断された。ヘルニアの部位と形状を明確に知るため、MRI検査をする日時を12月21日に決めて帰宅した。——

MRI検査の結果、第5腰椎と仙骨の間にある椎間板の中の髄核がはみ出て座骨神経を圧迫していることが分かった。座骨神経は足の外側を走っているため、この神経が圧迫されると足の外側に痛みを感じるのだ。

この病院のヘルニアに対する治療法は明解である。2週間砂袋による牽引を行いそれ以外は安静にする。この間2~3本のブロック注射を打つ。これで8~9割の患者は治癒して退院するらしい。私は1日8時間の牽引にせさせと取り組み、食事・トイレ・入浴以外の時間はひたすら安静に努めた。

●12月28日。

硬膜外ブロック注射。横になって背中を丸めて脊髄に注射を打つ。終わったのち病室まで車椅子で移動。麻酔のためか右腹部の感覚が無い。痛みは注射前の6割ぐらいか…。劇的に治ったという実感はない。

●12月31日。

(今となっては笑い話だが)2000年問題対策で、風呂の浴槽に水を張ったり病院も大変だ。4人部屋だが3人とも一時帰宅し、病室には私一人になってしまった。紅白歌合戦を見終わり、

いよいよ何かが起こるかもしれない瞬間を待つ。…が結局何も起こらなかった。

●2000年1月2日。

入院して1週間以降つのに目に見えた回復はない。手術か？不安がよぎる。

●1月4日。

2度目の硬膜外ブロック注射。1回目の時より痛みは小さくなった気がしたが、なくなったわけではない。先生から「1月7日（予定2週間目）までは安静にしてその後の三日間家へ帰って様子を見よう」と言われる。家で日常生活が出来るようだと退院できる。だめなようだと手術。

●1月10日。

結局家にいた間良くなる兆しは無かった。手術の覚悟を決める。とはいえ脊髄にメスを入れるのは怖い。一つ間違うと下半身付随だ。手術をやらずにすめばそれに越したことはない。といてこの足の状態では普通に歩けない、仕事にならない。であれば手術しかない。心は右に左に揺れた。

しかし、良い先生に出会ったと思う。手術が決まった後、手術の内容を脊髄の膜型で具体的かつ懇切に説明してくれた。手術の成功・失敗の確率も説明を受けた。つまり、病院の追跡調査によると手術後20%は完全治癒、60%は痛みはあるが病院に来るほどではない。10~15%が再来院、5~10%が再手術らしい。完全治癒の20%に入りたいと切に願う。

「手術そのものは難しいものではない、盲腸の手術のようなものだ」と先生は言うが…。

●1月18日。

手術の日。テレビで見たような手術灯が天井にあり、カーペンターズのトップオブザワールドがBGMで流れ、点滴の麻酔で夢の世界へ…。

手術は成功し気がいたら翌朝だった。後で聞いたが大変だったらしい。麻酔が効きすぎたらしく意識朦朧のまま病室に帰ってきて、先生から聞かれることに呂律の回らない舌で返事をしていたらしい。「今だから笑えるけど、本当に心配した」と妻が言っていた。

執刀してくれたK先生に感謝の気持ちを、また励まし助言してくれた病室の同病の皆さんにお礼を、そして誰より、一日も欠かさず病院に来てくれた妻に最大限のありがとうと伝えたいと思う（退院後、妻の意に添い感謝を形で表したことを付け加えておきます）。

●ほぼ1年半経過した今。

大好きなゴルフも再開し、今年初めから週1回のボウリング教室にも通っている。あの時中途半端に痛みが小さければ、手術を選択していなかったかもしれない。今の状態から考えると手術前の数ヶ月の痛みが信じられないくらいである。手術を決断して本当に良かったと思う。もちろん再発の可能性がないわけではないので、日課の腰痛体操をはじめ筋力アップ、体のケアに今後とも努めていこうと思っている。