

## 「病気の発症」

2018年9月27日

久々に有給を取り、キノコ採りに出かけて帰宅後、臀部がピクつき、何だろうと、思いつつ汗も有りお風呂に入る、入浴後、昼食を摂って車で出かける。

帰宅途中で右臀部のピクつきが酷くなり、車の駐車は安全ブレーキ付きだったので何とか車を自宅駐車場で止めた。

車から降りる事が出来ず四苦八苦しながら自宅玄関まで入り込み、母親の知り合いの医者指示の元、救急搬送で病院へ搬送される。

夕方遅くでもあり、頭のレントゲンを撮ったが異常がなく、疲れからの筋肉の痙攣かもとの事で、ブドウ糖液点滴を行う。点滴後も効果がなく、CTで頭部の検査を行う。

原因不明で医者の指示で入院となる。

着の身着のまま入院、夜中に考え事していると、尿漏れが発生していてシーツを汚して

しまい暫く考え事をしてから看護師を呼んでシーツを汚してしまった事！オムツを欲しいとお願いした。オムツ取り付けも看護師がしてくれたが、恥ずかしさ半分、惨めさが半分！考え事していると、右手に水滴があり？何だろう？私の涙でした。物思いにふけて、出た答えは、恥ずかしさもプライドもなく正直に医者に状況を説明することだと一晩眠れず翌日になりました。

翌日、前日担当してくれた先生が顔を出して、状況を聞いてくれたので、尿漏れがしていること等話しました。先生も昨夜は入院前にトイレに行ったけど？尿漏れあった？等の話をした。先生たちの朝ミーティング後に担当医が神経内科の先生に代わった。

最初に頭部のMRI検査で原因不明！次に腰のCTを撮るからと説明で診察。診察後先生が飛んできて、膀胱がパンパンだからバルーンカテーテルをするからと説明されて、胸部の造影剤投与のMRIを撮る事になった

バルーンカテーテルは恥ずかしかったけど、背に腹は代えられず。会社に電話後、造影剤投与のMRIとなった。



ボールペンで刺している箇所が脊髄梗塞  
発症箇所

検査後、病室の移動になった。入室後、周りを見ると70代の年寄りが多く、私も困りカーテンで周

りが見えないよう仕切って結果待ちとなる。

夜、看護師が声を掛けてくれて心配事があるかどうかを聞かれたので排泄はどうするのか？問い合わせして眠りについた。

翌朝、先生が顔を出してくれて、原因を聞いた所、脊髄梗塞という病状と聞いた。

初めて聞く名前だったので、どんな病気？思わず出た言葉でした。

脳梗塞と比較して1/100以下の症例だとの事、出た言葉は！治るんですか！でした。

先生には色々聞いたけど私が求める結果は貰えず。連絡用に持ってきたスマホで調べるも難しい病気だと分かり気分ががっかりでした。救いは、看護師さんの笑顔でした。

その後は、心電図検知・点滴薬変更・排泄時の対応でした。排泄は出来ないと思っていたけど、初日だけで看護師さんに立ち会い出合ったけど（かなり恥ずかしかった）日にちを重ねるうちに自力で出るようになり、その後は飲み薬を変更したり、看護師の回診と研修医の回診があり、歩行器で動けるようになってからは、バルーンカテーテルからセルフカテーテルへの変更、その後は作業療法士・リハビリ科の先生の判断で退院でした。

研修医との会話で分かったことは左脚の温痛覚麻痺「ブラウンセガール症候群」もあるとの事でした。

#### 「以下は投薬の入院時の日数と内容」※薬手帳からの履歴

9/28～10/11 オザグレルN a 点滴＋エダラボン点滴

10/2～ シロスタゾール100mg/日開始（血液サラサラ）

10/3 頭痛出現シロスタゾール中止→バイアスピリン（血液サラサラ）  
ラベプラゾール Na 錠 10mg（消化器系保護胃薬）

10/10～ ユリーフ（自尿）

10/26～ ランドセン 0.5 mg/夕方（痙攣防止）

#### 11/2 日退院（杖を使って）

##### 「最初に行った事」

警察へ行き免許の更新を行った。（警察の方も初めて聞く病気らしく色々聞かれる）車の運転も出来ない困るので、自動車学校へ行き車の講習を受けてみる。MT・ATどちらも問題なし。講習中におならが出てしまいそのたびに気まずかった。

私生活での問題をまとめてみる。排泄困難とガスが出てしまう。自尿が上手く出来ない事等で困っていたので腹圧を鍛えれば何とか出来るだろうと思いつく。

腹圧を鍛えるにはどうするか考え！歩行訓練で股関節と腹筋が鍛えられるのでは？と思いたち、ネットで調べてポールスティックウォーキングを始める。

最初は往復500mから始め、徐々に距離を伸ばして行く。最終的には10kmまで歩くよう1か月ポールスティックウォーキングしていると。杖無で歩けるかも？になり恐る恐る1km歩き、歩けるのを確認して徐々に距離を伸ばして行く。

仕事終わりや土日とはとにかく歩き回った（不思議だったのは何処まで行っても筋肉痛にならず、体も手の届かない所まで届いても痛みを感じない所だった）雨の日はどうするかも検討してルームランナーを買う



時速 0.3 km~12 kmまで対応  
大きさ：ミドルタイプ  
私が1時間30分で7kmで歩いているので  
時速 3.0 kmで計算して歩行  
※計算は間違っているかも(;^\_^A

尿排出は1週間続けていくうちに少しだが自尿が出せれるようになり2週間したころには排泄も30分かけて出す事も苦しくもなくなった。

ウォーキング時には排泄を2回ほど失敗してもらしたが悲しかったけど。その時は食べ物の管理や、飲み物の管理をして徐々に体の管理をこなして行った。

例) 水をコップ一杯飲んだ後は1時間様子を診るなど

※お酒も飲めるか確認した。

ビールを飲むとお腹がパンパンになり苦しくなるので、セルフカテーテルの導尿で出すと楽になったが飲む場所を考えようと思った

以下はお薬手帳での通院記録と覚えている記憶です

11/21 通院

運動を始めたことと身体の状況を話す。左足のしびれ・おならが出てしまう等話す

血圧・自尿の量経過観察

12/5 通院

リハビリを行う

12/19 通院

少し動けるようになって通院1回目にランドセンを芍薬甘草湯エキス顆粒変更して様子を見ることになった

血圧・自尿の量経過観察

薬変更

ランドセン 0.5 mg→芍薬甘草湯エキス顆粒 (こむら返り防止)

12/20 会社出勤

会社に通勤を始める。午前中のみ出勤

会社に身体障害者用トイレがなく導尿時にどうするのか考える

## 退院後に辛かった事

- ・エレベーター内でおならが出てしまい子供に、このおじさん臭いと言われた
- ・公共の場でおならがでてしまう
- ・工作中に、おならが出てしまう

以上の理由で凄く神経質になり、人との接触を避けるようになる。

2019年2/13 通院

血圧・自尿の量経過観察

薬変更

芍薬甘草湯エキス顆粒→ランドセン 0.5 mg

3/26 通院

血圧・自尿の量経過観察

4/3 通院

血圧・自尿の量経過観察

下痢になるときがあり自尿を出す薬を代えてもらう

薬変更

ユリーフ→シロドシンOD錠 4mg

5/5 日夜間に運動中に排泄が突然起きて漏らしてしまう。

泣きながら近くの道の駅身体障害者用トイレで服を洗う

某ドラマのセリフを思い出す

「病気は何故？私を選んだんだろう・・・」

思い出しつつ涙を流す・・・

5/29 通院

5/5 に起きた排泄ミスの事を説明。

残尿量・血圧・血糖値経過観察

自尿が規定量出るようになったのでセルフカテーテルを止め様子を診る

自尿になり、ビールを試しに飲んでみる。

お腹がパンパンになり力が上手く出ないため、やっとの思いで自尿で尿を出す。

今後飲むときは違うお酒か、飲まないよう心掛ける

7/29 通院

排泄時に無理をして排泄を行い出血があり薬を処方してもらう。

強力ボステリザン（軟膏）

残尿量・血圧・血糖値経過観察

通院が2か月に調整してもらう

8/8 夜間ウォーキング中に排泄ミスを起こしてしまう。

10/2 通院

残尿量・血圧・血糖値経過観察

血糖値が 6.0 ギリギリなので食生活の注意を受ける

12/11 通院

相変わらずおならが出てしまうので「ガスぴたん」市販薬を使っていいか問い合わせ  
ビオフェルミンを処方してもらう

幾分か臭いおならが出ないようになる

2020年 2/19～21年 9/3 まで変化点なし

飲んでいた薬を戻すか下剤を処方にとどまる

以下は薬の処方を再度の服薬と下剤の薬

- ・シロドシンOD錠 4m g (膀胱炎になってしまい復活)
- ・シロドシンOD錠 4m g →タムスロシン塩酸塩 OD 錠 0.2mg
- ・センノシド錠 12mg (下剤)

2021/9/3 より

血圧・血糖値を注意される

血圧 160/90 血糖値 6.1

突然下痢になる回数が増えたためMRI 検査を実施

腰痛対策の薬を処方される

薬の追加

ロキソプロフェン 60mg

レパミド錠 100mg

ミルタックスパップ 30mg

以降現在に至る



ヘルニア箇所

※腰の負担軽減のため、ウォーキング中断  
手の感覚は失いたくないので色々やっています  
写真は猫つぐら

