

今度のソウルは、目的を決めて!

頭もキレイなひと
[フラウ]

COVER STORY

SUPER
JUNIOR-
K.R.Y.

[特別付録]
大判ポストカード4枚
サイン入りプレゼントも



欲望、ソウル

2泊3日完全計画

- | ヨンア in Seoul
- | 美味しいレストラン、頂上10軒!
- | 今宵の2軒目に、気の利いてる酒処選
- | 街中の「コレ欲しい」買いだおれ日記
- | 昼の本気エステ。夜のリセットマッサージ
- | チョン・ウソンさんの韓国カルチャーガイド

[貼り込み付録]

ソウル最強
MAP

エリア⇄ページ⇄ジャンル
逆引き自由自在!

[新連載]

HAPPY LIFE
HAPPY MAK

by 李家幽竹+青木良文

FRU
BEST CINEM

FASHION & BEAUTY MONTH

FRAU IN STYL

FEBRUARY ISSUE

2

FEBRUARY
2013 No.448
特別
定価 650 YEN
毎月12日発売

FR@U アットフラウ
<http://frau-web.net>

Medical

病は突然、私にも……

vol.20

内海香織さん(37歳・税理士)の場合

椎間板ヘルニア

内海香織さん(仮名)

1975年生まれ。金融機関に勤めながら簿記1級、社会保険労務士、ファイナンシャル・プランニング技能士のライセンスを次々に取得し、難関の税理士試験も突破。仕事に、勉強に、机にかじりつく日々。強烈な肩こりも熱帯のひとつと思ってきたが、ついにある日……。

取材・文/小峰敦子 イラスト/長谷川ひとみ

内

海香織さん(仮名・37歳)は、自分はずきに見放されていると思っていた。そこそこ成績はいいのに、滑り止めの御嬢様大学しか合格しなかった。そこそこ美人なのに、好きになった男性には必ず恋人がいる。

「成功体験がないんです。どうせ私はダメよと、背中を丸めて生きてきました」

受験に失敗してから大好きだったテニスをやめ、ガリ勉に徹したのは、ツキがないなら努力しかならと思ったからだ。

その結果、在学中から取り得るライセンスを片つづ端から取得、TOEICのスコアは860を超えた。金融機関に就職した後も簿記1級、ファイナンシャル・プランニング技能士1級、社会保険労務士の試験を次々に突破。30歳の若さで税理士の国家試験にも合格した。

こうして香織さんは仕事と勉強に明け暮れ、一日中デスクに向かって文字とおりに背中を丸めて生きてきた。

「だから、20歳のころから肩こりがひどかった。マッサージや整体に行っても、施術を受けている間は楽になるんですが、家に着くころには元通り」

辛かったが、こりのために医者にかかるという発想はまったくなかった。

税理士というステータスを手にして会計事務所に転職しても、まるで成功した感じがしない。相変わらずパソコンと数字ばかりを相手にする日々で、ますます肩こりはひどくなっていった。

事務所には同世代の女性が4人いて、全員肩こりだ。昼休みに肩をもみ合うのだが、香織さんだけは特別扱

いだ。傍で見ている人が「骨が折れるぞ」と心配するほど、渾身の力でもんだり叩いたりしてもうろうろだ。

香織さんは35歳で独立。故郷で開業した。山の麓にある町には、古くからの商店が軒を並べている。その一角に小さなオフィスを構えた。

「税理士は開業できたら年収3000万円は堅いんじゃないかな、とんでもない。1年目は300万台でした」

やがて、「若くて美人で親戚も税理士」の評判が広がり、依頼をどんどん受けているうちにクライアントの数は膨れ上がった。確定申告の時期は連日徹夜を余儀なくされ、肩は重石が載ったようにパンパンになるが、もうもんだり叩いたりしてくれる同僚はいない。しかたなく自分の肩を本の角で叩いてみたり、柱に押し付けてみたり、ついには飾ってあったトロフィーを振り回してがらがら叩いたりした。

その日は最後の一件の申告を終え、明け方近くにベッドに入り、いつものように朝6時に目覚まし時計が鳴った。(えっ?)

天井がぐるぐる回っている。激しいめまいに襲われ、右の手と足もしびれていた。

「ヤバイ、脳梗塞だ。早く救急車を呼ばなくてはと焦りはするもの、あつとあらゆるものがぐるぐる回って、気持ち悪くて動けないんです」

やつとベッドから這い出せたのは夕方4時。実際に10時間も身動きが取れずいたのだ。なんとか救急車を呼び、香織さんは脳神経外科に担ぎ込まれた。

診察した医師は落ち着いた声で言った。「脳に異常はありません。原因は頸だと思えますよ」

(頭でこんな目に遭うの? まさか)

しかしMRIを撮ると、確かに頸の骨と骨の間からなにか飛び出しているのが素人目にもわかった。長い間の悪い姿勢、運動不足によって頸が緊張し、骨が変形して椎間板が飛び出したのだ。さらには網目状に交差する神経を刺激し、めまいやしびれを起こしたのだという。

「肩こりを甘く見てはいけません。このまま死んでしまうのではないかと思うくらい、酷い目に遭いました」

それでも香織さんの場合、治療は投薬と体操だけだ。もつと積極的に治療なくとも大丈夫なのだろうかと思つて落ちないまま体操している、年配の女性患者に叱られてしまった。

「いまはお腹、いまは背中というように意識を集中してトレーニングしないよ、筋肉は言うことを聞けないのよ」

その女性こそ脳梗塞で倒れ、不自由になった手足を鍛えているのだという。一生懸命な姿を見て、香織さんも熱心に筋トレに取り組みようになった。すると、明らかに重症の彼女のほうが、「一緒にがんばりましょうね」と香織さんを励ましてくれた。

彼女に付き添って来る息子も言葉を交わすようになった。

「頸を傷めるなんて大変だったね。僕は金欠で首が回らなくなったことならあるけれど」

ジョークを言っているのかと思つたが、ひたすら心配そうに香織さんを見つめている。この彼は1年後、香織さんの夫になった。病院に担ぎ込まれなかったら、優しい彼と出会えなかったはずだ。香織さんはいまではこう思っている。(私つて、ツキがあるんだわ)

頸椎椎間板ヘルニアとは?

ヘルニアとはラテン語で「飛び出す」の意です。頸部にある7個の骨と骨の間にクッションの役割を果たす椎間板があり、その髄核が飛び出してしまった状態が頸椎椎間板ヘルニアです。頸椎内に網目状に走る神経を圧迫すると、激痛やしびれを引き起こすこともあります。多くの場合、日頃の悪い姿勢やムリな動作が原因と考えられますので、ヘルニアは生活習慣性のものもたらず「ケガ」といえます。1時間以上同じ姿勢でない、椅子に深く座るなど日常の習慣に気をつけましょう。また、背筋や腹筋には背骨にかかる負担を少なくする働きがありますから、地道に鍛えておくことが大変効果的です。



泉雅文 Masafumi Izumi
Dクリニックケラ院長、
椎間板レーザー治療センター長。脳神経外科医。東京大学医学部附属病院、NTT東日本関東病院などを経て現職。PLDD(経皮的レーザー椎間板減圧術)をはじめ椎間板ヘルニア治療の第一人者。
<http://www.hernia-pldd.jp/>