



長尾和宏
(ながお かずひろ)

医療法人社団裕和会理事長、
長尾クリニック院長

1984年 東京医科大学卒業、大阪大学第二内科入局
1991年 医学博士(大阪大学) 授与
1995年 兵庫県尼崎市で長尾クリニックを開業、現在に至る

日本慢性期医療協会理事、日本ホスピス在宅ケア研究会理事、日本尊厳死協会副理事長、全国在宅療養支援診療所連絡会理事、関西国際大学客員教授

[医学博士]
日本消化器病学会専門医、日本消化器内視鏡学会専門医、指導医、日本在宅医学学会専門医、日本禁煙学会専門医、日本内科学会認定医、労働衛生コンサルタント

[著書]
『平癒死・10の条件』(ブクマン社)、『抗がん剤・10のやめどき』(ブクマン社)『胃ろうという選択、しない選択』(セブン&アイ出版)『がんの花道』(小学館)『抗がん剤が効く人、効かない人』(PHP研究所)『大病院信仰、どこまで続けますか』(主婦の友社)など。

[医学書] スーパー総合医叢書・全10巻の総編集(中山書店)第一巻『在宅医療のすべて』、第二巻『認知症医療』など多数。

西城秀樹さんのリハビリ闘病に学ぶ 脳梗塞予防は危険因子を減らすこと

医学博士 長尾 和宏

2度の脳梗塞を リハビリで克服

西城秀樹さんが5月16日に亡くなられた。享年63歳。急性心不全で緊急入院してそのまま帰らぬ人となった。今回、西城さんのリハビリ生活を振り返ってみたい。

西城さんは48歳と56歳時に二度の脳梗塞を患った。そのあと脊髄損傷や脳梗塞などのリハビリを専門とする施設で3年以上リハビリを続けていた。ジャパハリハリワークアウトを最初に訪れたのは2015年のこと。めまいや手のしびれや麻痺している右半身の痛みが強くて、1人では5秒間も立つておられない状態。いわゆる車椅子生活だった。そこでリハビリの目標は「一人で立つて真つすぐ歩けること」に設定された。そのメニューとはマシンによる下半身強化や体を宙に浮かせて行う「空中トレーニング」などであった。最初の1年間は週5、6日のハイペースでリハビリに通った。彼はハードなメニューに弱音をあげそうになりながらも頑張つて続けた。そして1ヶ月で立てるようになった。2ヶ月でしび

れが治まり、6ヶ月でめまいが消失するなど目に見えてリハビリの効果が出た。2016年夏、ホノルル空港で西城さんが目撃されている。広いロビーでは長女に車椅子を押してもらっていたが、チェックインを進める間は自分の脚で歩いていた。

さすがに疲労が激しいため2年目からはリハビリのペースを少し落としたが食事療法とともに努力を続けた。そのモチベーションは、4年後に控えたデビュー50周年イベントと一番下の子が20歳になるまで元気でいたいことだった。「もう一度ステージに立つ」という大きな目標もあった。倒れた4月25日もいつもどおり3時間のトレーニングを行った。しかしその夜に突然意識を失い病院に救急搬送され、意識が戻らないまま3週間後の5月16日に亡くなった。心臓に急なトラブルが生じたようだ。

通院か入院か訪問か

リハビリという医療があったからこそ西城さんの奇跡的な回復があった。再びステージに立てた。一般に脳梗塞後のリハビリを受ける場所

脳梗塞の原因と予防

西城さんが二度も脳梗塞になった理由を考えてみたい。一般に脳梗塞は動脈硬化の危険因子が無い人には起こりにくい。喫煙習慣、生活習慣病、ストレスなどの危険因子がいくつか重なっている人に血管のトラブルが起こり易い。西城さんはヘビースモーカーであった。加えて人気スターが故の不規則な食生活とストレスもあったのだろう。40歳台から糖尿病を患い20年間もインスリン注射をしていたというから、かなり長い糖尿病歴があった。また大のサウナ好きであったそうだが、サウナのなかに長くて脱水になると脳梗塞を発症し易い。つまり危険因子がいくつ

か重なった結果、脳梗塞を発症し、そして遂には急性心不全に至ったのであろう。

従って脳梗塞の予防は、重なりあう複数の危険因子をひとつでも減らすことに尽きる。タバコが好きな人ならまず禁煙だし、肥満の人ならまず痩せることが大切だ。糖尿病がある人なら緩やかな糖質制限食を期間限定で行うとともに、毎日歩くという習慣をつけて欲しい。また心臓細動という不整脈を持っている人は心臓の中に血栓ができてそれが脳に飛んで重篤な脳梗塞(脳塞栓)を起こすことがある。放置せずに必ず循環器科を受診し血栓ができにくくなる薬を飲んで予防して欲しい。

西城さんの闘病やリハビリに関する情報の多くがマスコミに公開されている。それは自身が病氣と闘う姿を広く見せることで人々に元気を与えたい、という意図もあったのではないかと推察される。西城さんが死に至る過程には医師から見ると多くの教訓が含まれている。大スターの死を深く悼むとともに西城さんの闘病とリハビリに一人でも多くの人が学んで欲しい。

世界の視点で情報を発信する総合誌

2018 July

KōRON 7

MONTHLY

発行・株式会社財界通信社 平成 30 年 7 月 1 日発行
毎月 1 回 1 日発行 第 51 巻 7 号
昭和 47 年 11 月 10 日第三種郵便物認可

提言

日本は世界に必要とされる国となれ
「これでいいのか日本」と毎日自ら問い続けることが肝心。

(認知症介護研究・研修東京センター研究部長)

(医療法人社団裕和会 理事長、長尾クリニック 院長)

リレー対談 永田 久美子氏 VS 長尾 和宏氏

絶望してるなんてもったいない面白い人生を歩もう!
認知症の人の中で紡がれた体験「私の声が見えますか?」

特別対談

日本経営合理化協会会長 牟田 學氏に聞く
何のために… 情なきところに王道なし

日本の^{タガ}籬の緩みの考察

日本文化の基底の形成について

日本人は、もっと日本文化の拡がりとお行きを本質的に学び、
日本に自信を持ち、世界と渡りあおう!

月刊公論