～頸椎症奮闘記～

最初は全然どこが悪いかわからなかった。2013年7月にD整形外科を訪れたときは「寒い季節になると、数キロ歩いたら足が痛くなります」と言った。そのときはまだ夏、冬の予防のつもりで薬をもらって帰ったが、足は全然痛くないので薬をもらうイミはなかった。

その頃、指先のしびれを感じ始めた。手の指先の感覚がおかしい。ギターのコードを左手指先で押さえるのだが、FならFのコードを押さえている感覚なのにポジションがズレてしまう。右手は右手でピックを持つ感覚がおかしい。ギターを正常に弾けなくなっていたが、日常生活にはさほど困らなかった。PCは問題なく使えたし、字を書くのも多少書きにくいぐらいで、2013年の夏はすごすことができた。

しかし10月になって指のしびれが進行したので、10月11日、Teblogにも書いたように、MRIをとってもらった。首の周りの頸椎7本の上から2番目から3番目が細くなっていて神経が圧迫されている。ただそのときは「この程度なら我慢すればいい」ぐらいの感覚だった。ギターの弾けないのを我慢するくらいなら・・・、**本職がミュージシャンなら大問題**だが。

その後段々指先のしびれは進行した。**字を書くのがゆっくりでないとダメ**になってきた。12月に年賀状を書く際、相手先の住所は（以前のPCのファイルが使えなくなって）数年前から手書きにしていたが、これが10倍くらい時間がかかる（ので大半は出すのを止めた）。そういう障害（？）はあったが、指先のしびれだけだったので年は越した。

2014年になっても同様だったが、1月30日から大阪へ一泊旅行もした。つまり**歩くほうは全然問題がなかった**。ところが寒い冬がすぎた3月ごろ、愛犬ハリーと日課にしている散歩に負担を感じ始めた。こんどは**足先がしびれ始めた**。10月から飲んでいた薬は気休め程度で効かない。春になるころ、頸椎症は薬ではダメで「**狭くなって圧迫されている神経を回復させるには手術しかない**」と認識させられた。そのいっぽう、このへんで留まるなら、「手術はしないでいきたい」という希望的観測もあった。それに手術をする場合、頸椎は手術する医師と手術のできる病院は限られる。とくに東広島は1病院しかない。広島へ行けば頸椎症手術で知られる大きな病院が少なくとも2つある。D整形外科で相談した結果、4月末から広大病院にかかることになった。そのときもまだ「手術お願いします」とすぐには云えなかった。

「首を切って手術する」というのに抵抗したからで、手術しようと思ったのは大型連休の明けた5月7日だった。いつものようにハリーと散歩した帰り道、途中で足が痛くなって2度ほど立ち往生した。これでは満足に散歩も出来ない。やっと**手術の決断をした**が、**実際広大病院へお願いに行ったのは6月初め**だった。そのときは「1か月後までくらいには手術をしてもらえよう」と楽観していた。それは東広島の病院では2週間後か3週間後にできるという話を聞いていたからだった。ところが、広大病院は長いキューができていて、「10月終わりか11月初めになります」とのこと。「**5か月待ち**」ということになってしまった。

もつとも、その時点では「まあ仕方ないか」というぐらいだった。少しずつ悪化するが、極端に悪くなるわけではない。徐々に進行する老人性の病気だ。しかし一番困るのは手足が動かなくなること、だから薬を続けて、また毎日入浴もした。

7月30日には免許更新のための高齢者講習会にも行った。**車に乗るのは全然問題はない。**手にグローブをはめたようで知覚はおかしいのだが、動きには問題はない。動かせなくなったら大問題だが、しびれはあっても手足は十分動かせた。ただし、長距離運転は足が疲労するので片道30分程度にした。夏は全然問題がなかったし、今年の夏が長雨で冷夏だったのもよかったようだ。

9月末になって手足のしびれもさらにひどくなったが、なんとかすごせた。しびれが強くなると、長く使うと痛みも感じてくる。手は長時間使わなくてもすむことも多いが、足は困る。**歩き続けると痛くなるし、長時間立っていると痛くなる。**椅子に腰をかけることが多くなった。外出は午前ですませて、午後はできるだけ家にいるようにした、

しかしPCでの著作は続けていた。手のほうはしびれが進んでも、それに順応するようになった。薄い紙、たとえば紙幣などを数えるのは慎重になったが、コインの区別はうまくできるようになった。当初はコインのお釣りを受け取ったら、そのまま全部ポケットに入れていたが、コイン入れにきちんと入れるようになった。「・・・が出来るか、出来ないか」は訓練次第で、症状の判定には参考程度にしかならないようだ。

10月9日手術前検査で広大病院へ行ったら、11月12日入院という予定になった。若干遅くなったが、まあ仕方がない。T先生にお任せして入院することになった。

初期しびれを除けば、MRIをとった2013年10月からほぼ1年経過した。初めの半年は指のしびれ、あとの半年は足のしびれがプラスされた。もちろん指のしびれも加速されたから「**手も足もびりびりしびれる**」という状態になった。2013年末、つまり最初の3カ月までは横になってだらりと力をぬいてしまうと、しびれも感じなかった。段々そうはいかなくなり、どう力を抜いてもしびれが残るようになっていった。ただ幸いにも睡眠には支障はなかった。しびれがひどくて寝られなくと、大変なところだった。

頰椎症悪化の段階を3カ月ごとにまとめてみた。

0. 予兆3カ月 (2013.7~9)

この段階は指先だけ。原因不明だったので、そのうち収まるだろうと楽観していた。だから**頰椎症という認識はゼロ**だった。

1. 軽微な3カ月 (2013.10~12)

MRIをとってもらって、原因が頰椎と判明。しかし、手術は全然考えなかった。

2. 気になり出した3カ月 (2014.1~3)

指の先から根元のほうもしびれ出した。しびれの増加が気になりだした。

3. 足がしびれ始めた3カ月（2014.4～6）

手先だけでなく、足先もしびれ出した。近くの病院では手術を勧められた。すぐ手術できるという病院だったが躊躇した。広大病院に行って、手術をお願いしたのはこの期の終わり頃。近くの病院で早く手術すべきだったか、とも思うが・・・

4. 手術待ちした4カ月（2014.7～10）

手術を申し込んだ日（6/5）からは5か月待ったことになる。早く手術してほしいという気持ちはあっても、手術を早めてもらえるように万全を期すという気持ちにはなれず、微妙な心境だった。

しびれが増加する人はMRIで見てもらい、早く手術することをお勧めする。

詳しくは頸椎の脊柱管狭窄症というらしい。

リハビリ状況については、時々Teblogに書くつもり。

（おしまい）