

平成 24 年現在、41 歳。二児の母です。

昭和 45 年、生後間もなく全身に湿疹が出始め、アトピーと診断されて 19 年間。

- 幼児期～幼稚園 -

幼稚園までの記憶は当然ないので、当時のことは母から聞いた話です。

私が生まれた昭和 45 年頃には、周りにアトピーにかかっている子供はいなかったそうです。毎晩夜泣きをするし、常に愚図るから、どうしたものかと思っていたら身体中に湿疹ができて擦った部分からは汁が出始めたそうです。

この頃から病院で診察してもらい薬を使い始めたそうです。

幼稚園の頃には、手・足の関節部分から汁が出ていたので包帯を巻いて通っていたと思います。この頃にはフルコート軟膏を使用していました。

- 小学校低学年 -

小学校に入学（低学年）。ここからは、私の記憶です。

切れて汁が出ていた手・足の関節部分。
よくなる気配がないまま迎えた小学 3 年生。

この年の家庭訪問でのことです。

いつもアトピーの私を気にされていた先生は、「引っ込み思案で神経質だから、もっと明るくなれたらいいですね」と、母に話されました。

しかし、当時の引っ込み思案は周りの子と肌の様子が違うことに私自身が気づきはじめた頃だったのではないかと、今では思っています。

この頃から、病院の薬だけではなく人から紹介される所はすべて母に連れられていきました。

しかし、どこへ行っても聞かされるのは同じ言葉。

「大人になれば良くなるから・・・」

その言葉を言われると『大人になれば治るんだ』と、疑うことなく信じていました。

- 小学校高学年 -

高学年の頃には、プールにも入れなくなりました。
塩素のきついプールに入ると、チクチク、ピリピリ。
しかも夏の暑さで、汗をかくとチクチク、ヒリヒリとどっちにしても痛みが走ります。

ひどいときには、手の指に包帯をして通っていたので、人の視線が特に気になり始めました。

アトピーだったことで、人から何かを言われたり傷つけられたりした訳ではないのに
よくなるまでの間、人の視線が恐くてたまらなかつたですね。

- 中学校 -

中学時代になり、小学生の頃よりは手・足の関節部分のひどさは落ち着いてきているように
周囲からは見えたと思えます。

それは、見た目がひどいと思われないように気をつけて常に薬をつけていたからです。

この頃には、クラブ活動でテニス部に入部しましたが、球拾いと素振りの練習をただで肌
調子が悪くなり病院に行くこととなりました。

結果、紫外線に当たったり、汗をかいたときに痒みがあるので屋外でのクラブは禁止となりました。

屋外での運動をしていない私なのに、肌の色が真黒でした。
それは学生が健康的に日焼けした黒さではなく、明らかに何年も薬を塗っていた肌の色でした。
それも、肝臓が悪いの？と、聞かれそうなほどの不健康な黒さでした。

- 高校・短大 -

高校・短大になると、毎日薬を使用しながらある程度のところまでは綺麗になっていきました。

これまでの私は、何をするのも体力が続かず学校から帰宅した途端すぐに横になっていましたが、
この頃やりたいことをみつけたことでアトピーのことを深く思い悩んだ記憶は実はありません。

しかし、常に薬を手放すことはありませんでした。

薬を使用しない手当て（リンパマッサージに入る）に出逢えるまでの19年間。
アトピーによいとされる治療方法をたくさん試してきましたが、私が挑戦してみた治療法の中にはどれも私に続くものはありませんでした。

しかし、当時をふり返ると私自身が「これで治す」という強い意思もなく「人から勧められたから取り合えず行ってみる」という他力的な感じで治療に行ってたんだなと思います。

すべての治療法において体内に蓄積された悪いものが解毒されていたものだ、と今なら理解できるのですが、当時の私にはひどくなる一方の治療法に耐えるだけの心の強さは持ってなかったのです。

だから私は、あえてこれらの治療をやったのに治らなかったとか、間違っていたと言うつもりはないですし、当然言っはいけないことだと思っています。

19歳の頃になると、一時落ち着いていたかと思われていた肌も、全身デコボコとしたアトピー独特の肌になり女性らしい柔らかさも艶もなくなりました。

首・手から腕と足の関節部分からは、止まることのない痒みとただれて汁が出ていました。

手の指も曲がらず至るところが切れて、瞼は常に擦っていました。

当時は、周りの友達が紫外線予防のUVローションをつけて化粧をしているのが羨ましくて少しだけなら・・・と、つけてみたら痒みが出て大変でしたね。

- 結婚前 - 新たな始まりへと・・・

結婚が決まった21歳の頃は、常に薬を手放せなくなっていました。

このとき、ふと、このままの状態で子どもを産んだら子どもに遺伝するのかも？

漠然とはありますが、初めて気になりました。

そんなとき、本屋さんで一冊のタウン雑誌が目に入りました。

薬に頼ってばかりではなく体質改善しませんか？

たったこれだけの記事なのに、何故か衝撃を受けたんです。

今まで常備薬としてなくなると不安だったステロイド軟膏を使わない生活なんて考えたことがなかっただけに、すぐに話を聞いてみたくて先生に会いに行き、話を聞くと、

更に衝撃を受けました。

- アトピーを克服しようと思ったら、並大抵の苦勞ではないこと
- 想像以上に苦しい日々が続くこと
- 薬を塗らない選択をすると、今まで以上にひどくなる症状に我慢できるのかどうか
- どんなときも自分を信頼して最後までついてこられるのかどうか

などなど・・・

「生半可な気持ちなら初めからしない方がよいから、しっかりと家族で話し合ってから来てください」と言われる、とても厳しいカウンセリングを受けました。

それでも、その言葉の厳しさこそが、私の心の奥に何か響いたんです。

「アトピーを治そうとすることは並大抵のことではない」と言う現実。

甘い言葉を投げかけられていたらきっと・・・

途中で止めていたと思いますね。

『それでもやる』と、覚悟を決めたときに先生は、私のひどい手を触りながら

「皮膚が硬くなってるね。綺麗な手になろうね」と、言われたその瞬間、

『ここなら私の肌が変われる』と確信しました。

この日から3ヵ月後に結婚式を控えていた私は手当て（リンパマッサージ）をしてもらいに連日通うことになりました。

これまで色々な病院に行きましたが、どこもカウンセリングではとても優しい言葉をかけてもらえるのですが、治療に入るとひどい手を触ることなく見てるだけで薬を決められ処方されていました。

「薬が切れたら、また取りに来て様子を見せてくださいね」と、言われるだけでした。

優しく語りかけてもらっても、治療に改善の見込みがないことを思い知らされるだけでした。

手当て（リンパマッサージ）に通い始めて3日目あたりから、今まで出ていなかった場所からもポツポツと湿疹が出始めました。今までひどかった場所からは、薬を塗ることをやめたことで更に掻きむしり、汁が出るほどひどくなりました。

痒くて・痒くて・掻きむしる。

掻きむしると、傷口が切れてピリピリと痛みが走る。

掻いたらどんなになるのか。

後で後悔するのがわかるのですが掻いてしまいます...

（初めは、優しくポリポリ、段々力が入っていきポリポリと）

ひどいのは表面上なのに、痒いところはその傷口の更に奥深いところ。

皮膚をめくって掻くことができたなら痒みに届くのに・・・と、何度も思いながら傷口を掻きむしっては悪化させていました。

例えることのできない痛みと痒み。

それでも『今回だけは薬を塗って抑えることはもうしない』と、覚悟を決めていたので耐えていました。

苦しみから逃れることよりも、自分にも綺麗な肌を取り戻せることを信じて。

先生には、最初からこのような状態になることがわかっておられたので私の気持ちが前向きなときには優しく励ましながら手当て（リンパマッサージ）をされ、私の気持ちが後ろ向きで心が折れそうになってると感じられたときには、明るく大丈夫だからと励まされました。

しかし、弱音を吐いたときだけは、甘えが出てると感じられ厳しくされました。

そのときの状態に応じて、色々な形で支えてもらいながら手当て（リンパマッサージ）をしていただきました。

それと同時に、私のひどいアトピーから目を背けずに見守り支えてくれたのが家族でした。特に両親は、日に日に悪化していく私に対して、

「本当にこれで良かったのか」
「ひどくなる一方ではないのか」
「かわいそうに」
「やめた方がよいのではないか」

などの後ろ向きな言葉や弱音や傷つく言葉を一切言ったことはありません。

それよりも、

「今が苦しくても頑張って乗り越えたときの喜びは大きいからね」

と、綺麗な肌を取り戻せるように前向きに応援してくれました。

私自身の考える治療とは・・・

治る。ことの難しいアレルギー・アトピーに打ち勝つためには先ず、強い精神力を持つことが本当の治療の第一歩ではないでしょうか。

先生と出会えたことで、先生の心の強さ・自信こそが体質改善を行う上での最も重要な特効薬だったのではないのでしょうか。

家族がアトピー・アレルギーになった場合、支える側の家族も並大抵のことではありません。

傍でひどい痒み・痛みと闘っているのを目の当たりにすると、心配のあまり口をはさんでしまいがちになり、いつの間にか乗り越えられない状態に導いていることもあるのではないのでしょうか。

アトピーを乗り越えようと思ったら、一歩外に出ると周囲からの視線に耐え、心もとない数々の言葉にも耐えていかなければなりません。

だからこそ、家族の協力と支えはどんな薬よりも効き目があると思います。

しかし、支える側が一生懸命支えてくれても、当人がアトピーに対しての認識や取り組む姿勢に甘さがあると乗り越えることはできないことも事実です。

- 結婚 -

平成4年11月1日に結婚式を挙げました。

これを機にアトピーの手当て（リンパマッサージ）を一時休止することにしました。通い始めた頃の症状は額・目もと・耳・唇が腫れあがり、汁が出るほどひどいものでしたが、このとき、これらの症状は一気に落ちつき痒みもなく綺麗な肌になっていました。

しかし、首と手はデコボコとした皮膚・掻きむしった傷で、見た目にもわかるほどの段差のある肌でとてもひどい状態でした。

結婚生活が始まり、今までのように毎日手当てに（リンパマッサージ）通うことはできませんでしたが、首から出ていた痒みが落ち着き、掻きむしらなくなるまでは時間を作って通ったことで次第に綺麗な肌を取り戻していました。

（額・耳・唇・首・手や足の関節に関しては、22歳から現在までの20年間、痒みの再発は一度もありません。）

- 出産 -

結婚して、4ヶ月経った頃から、あれほど痒みのひどかった私の手の甲や指から痒みが消え掻きむしらなくなったことで傷も落ち着き地肌が見えてきました。

不思議に感じていたと同時に、体調を壊したので病院に行くと妊娠していることがわかりました。

そのとき妊娠した喜びと同時に、とても不安な気分になりました。

「あれだけひどかった手の甲や指が、どうして妊娠したら綺麗になるのか？」

「ホルモンバランスと何か関係があるのか？」

「痒みはまた出てくるのか？」

このときの私には、何も答えは出ませんでした。

しかし、5ヶ月頃に入り、安定期になったことで、私自身の心も落ち着き始めた頃、無意識に手をポリポリと掻き始めていました。

気付いたときには、傷が広がり瞬く間にひび割れて悪化していきました。

日に日に悪化していく自分の手をみた瞬間、

生まれてくる我が子がアトピーだったらどうすればいいのか？

という思いが・・・

悩んでも答えをみつけることはできないまま、23歳のときに長男を出産しました。

出産前にはひどかった私の手からまた、産後には痒みが消え掻きむしらなくなりました。

しかし、これもまた、2ヶ月後から徐々に痒みが出始め悪化してしまいました。

このとき、私自身の手のひどさも気になりましたが、自分のことよりも一番恐れていた息子への遺伝が現実になってしまいました。（この話は長男のアレルギーにて詳細をご覧ください。）

そこで息子と私自身の体質改善も兼ねて中国・帝心病院に診察に行きました。

（このとき、現在のサロン運営をする基盤の蒸し漢方などの勉強をしました。）

- 28 歳からの 10 年間 -

中国から帰国し、手当て（リンパマッサージ）にも通うことで、ひどかった手も綺麗に落ち着いたのが 28 歳のときでした。

しかし、28 歳を過ぎたころから鼻炎の症状が度々出始めました。
（アトピーだった頃に鼻炎の症状は一度も出たことはありません。）

ちなみに私の場合、鼻炎にかかると臭覚がなくなり味覚もわからなくなるほど重症です。

これまでは、アトピーの辛さしかわからなかった私ですが、鼻炎になってみて鼻の症状の辛さを始めて知りました。

鼻が詰まる・粘っこい鼻水が出る・臭いがしない。

何を食べても味がわからない。

甘い・辛い・しょっぱい・すっぱい。

味覚がわからなくなると、口の中に苦みが広がり何を食べても苦いだけで食べたものを飲みこむことさえ一苦勞なんです。

アトピーを、脱ステロイドで綺麗になった分、極力薬は使いたくないという思いから完全に症状が悪化するまで病院には行きませんでした。

その結果、抗生物質とステロイドの点鼻薬を使用しなければ治らない状態にまで悪化させてしまい、薬を使わないという選択肢はありませんでした。

鼻炎の症状は 28 歳から現在の年齢（41 歳）になるまでの間、何度も再発を繰り返しています。

再発の度に臭覚障害・味覚障害に悩まされ薬の服用をしてきました。

- 38 歳から現在に -

28 歳から 10 年後のことです。

急に手荒れが出始めましたが、面白いことに鼻炎が出始めると手荒れが落ち着き、綺麗な肌になります。

逆に鼻炎の症状が落ち着くと、手荒れが始まります。

そんな繰り返しで 38 歳から現在まで 5 年間続いています。

当初の手荒れは、両手の甲の部分・それから両手の指でした。

その後、右手のみになり、右手の親指だけとなったり人差し指だけになったりと時として、同じ場所からの痒みはなく、湿疹の出方も違います。

ただ、小指にだけは、発症したことはありません。

(今でも、手荒れに関してだけは薬の使用は一切していません。)

私のアレルギーのまとめとして・・・

私の場合、19 歳から現在までの 23 年間、薬の代わりに保湿剤として温泉水と馬油を使用しています。

19 歳の頃、手当て（リンパマッサージ）に出会い、脱ステロイドを決断しました。

アトピーの克服後にも、私生活には色々な問題が山積みでした。これらを解決していく過程においてイライラしてみたり、悩んで落ち込んでみたり、決して、穏やかな日ばかりではありませんでした。

こんなとき、自分の体質の弱いところに症状が出てくるものだということもわかりました。

最近では、手荒れが出始めたり、鼻炎にかかる時の原因が自身ではわかっています。

(肌には精神的にストレスがかかっても痒みが起こります。)

これまでに私自身のすべてのアトピーの因が解決したとは思っておりませんが、これからも私は自分の体の声を聞くように心掛けて生活し、本当の意味でのアトピーの因も取り除ければと考えております。

これからもよくなったことも、悪くなったことも、まとめて伝えていければと考えております。