

# 機能性身体症候群と可視光線療法

一般財団法人光線研究所  
所長 医学博士 黒田 一明

## ■機能性身体症候群

機能性身体症候群は身体不調を主徴とする各症候群をまとめた新しい概念です。定義は「患者が持続的な身体症状を訴えているのに、十分な検査をしてもその症状を説明するだけの器質的所見が得られない状態」とされています。いまだに医学的に説明できない症状として存在するものや、過敏性腸症候群や慢性疲労症候群のように各専門領域で既に臨床単位として認められているものも含まれています。以前から、医学的に説明ができない身体症状としてよく知られていた主なものには疲労感、頭痛、関節痛、筋肉痛、動悸、めまい、腹痛、下痢などがあります。その他の主な機能性身体症候群を別表に示しました。

機能性身体症候群の患者は症状に見合う病変がないにもかかわらず原因がはっきりしないため、不安やうつ気分が増悪し、ますますその症状が気になる傾向が強くなります。的確な診断がつかないので、患者はドクターショッピングを繰り返し、次第に医療不信に陥ることになります。長期にこうした状態が続き、放置していると徐々に日常生活にも支障が出て、適応力が低下します。

今回は、医学的に原因が説明できない身体症状の『胃重感』、『動悸』、『頭鳴（ずめい）』の3例について解説します。

表. 機能性身体症候群として考えられている主な病態

消化器系	機能性ディスぺプシア、過敏性腸症候群
心臓系	非心臓性胸痛
呼吸器系	過換気症候群（過呼吸症候群）
リウマチ系	線維筋痛症
アレルギー系	化学物質過敏症、シックハウス症候群
感染・炎症系	慢性疲労症候群
神経内科系	緊張性頭痛
産婦人科系	月経前緊張症、慢性骨盤痛（男性もあり）
歯科口腔外科系	顎関節症、非定型顔面痛
耳鼻咽喉科系	咽喉頭異常感またはヒステリー球、めまい
整形外科系	頸肩腕症候群、慢性腰痛、むちうち症
その他	湾岸戦争症候群

## ■可視総合光線療法

光線療法は機能性身体症候群の疾患、症状に対しこれまで多くの治療を行ってきました。本症候群の患者は原因不明の症状により心身共に疲れ、光・熱エネルギー不足に陥っていることが多く見られ、光・熱エネルギーを補給する可視総合光線療法は有益な治療法となります。また光線療法はストレスで冷えた身体にはとても気持ちよく、体調の基本となる食欲・便通・睡眠などが改善され、生活の質（QOL）の向上につながります。身体が温まると、身体を正常な状態に維持しようとするホメオスターシス機構の歪みが是正され、適応力が高まり、種々の症状が少しずつ回復に向かうこととなります。またビタミンD不足の改善もホメオスターシス機構を調整し抗病力を高めることに重要となります。長い経過の症状ですから、改善には根気よく光線治療を継続することが大切です。また機能性身体症候群は（自己破壊的）生活習慣の歪みが生体に反映されたものですから、第一に生活習慣の改善に対する対策が重要で、その改善は光線治療の効果を高めることにもなります。

### 可視総合光線療法

治療用カーボン・照射部位・時間

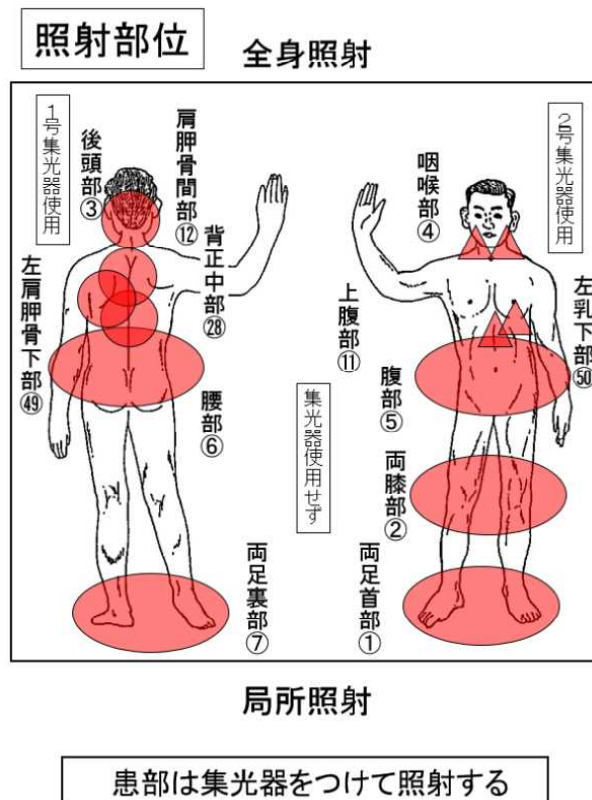
- ★胃重感（機能性ディスぺプシアなど）  
3001-5000番、3001-4008番、  
1000-3001番、3000-5000番など  
（心臓強化を優先）
- ★動悸  
3002-5000番、6006-5000番、  
1000-3002番など
- ★頭鳴  
3002-5000番、1000-3002番、  
3001-4008番

全身照射

⑦①②⑤⑥各5～10分間、③5分間  
または④各5分間照射

局所照射

その他病態に合わせて肩胛骨間部⑫、背正中部⑳、左肩胛骨下部㉑、上腹部⑪、左乳下部㉒など局所を集光器を使用し照射します。



## I 胃重感（機能性ディスペプシア）

機能性身体症候群の中で消化器疾患として機能性ディスペプシア、過敏性腸症候群が代表的なもので、とくに前者の患者は多く存在しています。機能性ディスペプシアは上腹部の不快感、胃がもたれる、胃が重い、心窩部の痛み、心窩部の飽満感、悪心・嘔気などの症状が多くみられます。日本では成人4人に1人が、3ヵ月に1度はこのような症状を経験しています。内視鏡検査などでも異常がみつからず、生命にかかわるわけではありませんが、つらい症状により生活の質を大きく低下させてしまう病気です。昔は胃弱、夏バテ、加齢、過労、気のせいなどと片付けられていました。その後は胃下垂、胃けいれん、胃酸過多と診断され、さらにその後は慢性胃炎と言われました。現在では、ピロリ菌感染による慢性萎縮性胃炎の診断名が多用されます。病院では消化管運動機能改善薬、酸分泌抑制薬などが処方されますが、十分な効果が出ないことも少なくありません。

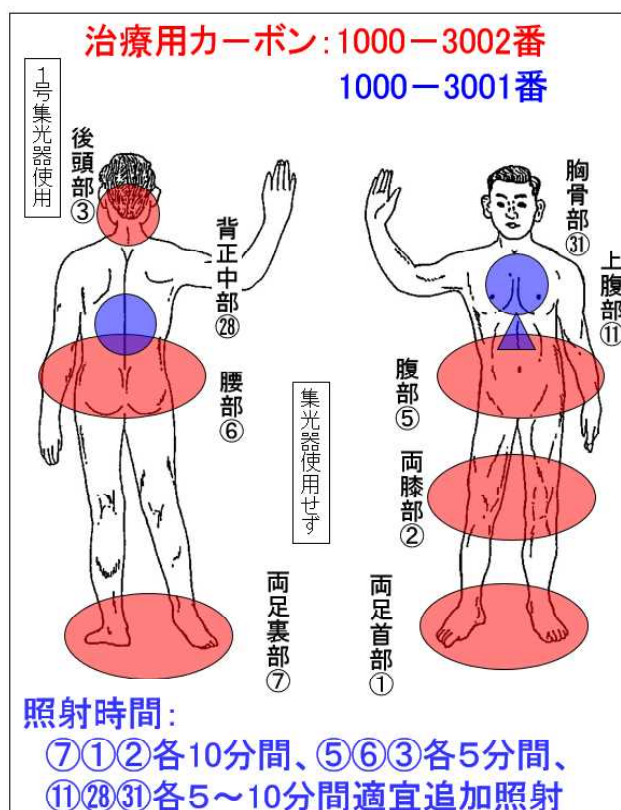
### 【治療例1】胃重感、寝汗、易疲労感、不眠

76歳 男性

**症状の経過：**若い頃より胃弱であった。

68歳時、風邪をひき微熱が続いた。少し動くとからだ暑くなり汗が出て、声がかすれてきた。仕事中クーラーで冷えると肩から冷えて体調が悪くなった。元々寝付きが悪く睡眠導入剤を服用していた。夜間は寝汗がひどく、検査では自律神経失調症と診断され抗不安剤を出された。薬剤を服用しても症状の改善がなく、胃重感、胸焼けもあり友人の勧めで当附属診療所を受診した。

**治療の経過：**自宅で毎日治療した。1日1回の治療では足の冷えが改善しないので⑦①②は1日2～3回照射した。治療3ヵ月後、寝汗がやっと出なくなった。治療半年後、午後からつかれが強くなり、横になることが多かった。治療8～9ヵ月後、胃が重い感じや胸焼けが減り、食欲が出てきた。治療1年後、足裏温は高かったが足の冷え感は続いていた。治療3年後、睡眠は途中で目が覚めてもすぐ寝付くことができた。治療8年後、胃の重い感じ、胸焼けなどはほとんどなく、睡眠導入剤の使用も少なくなり、冷えの予防に週に2～3回は治療している。



## II 動悸

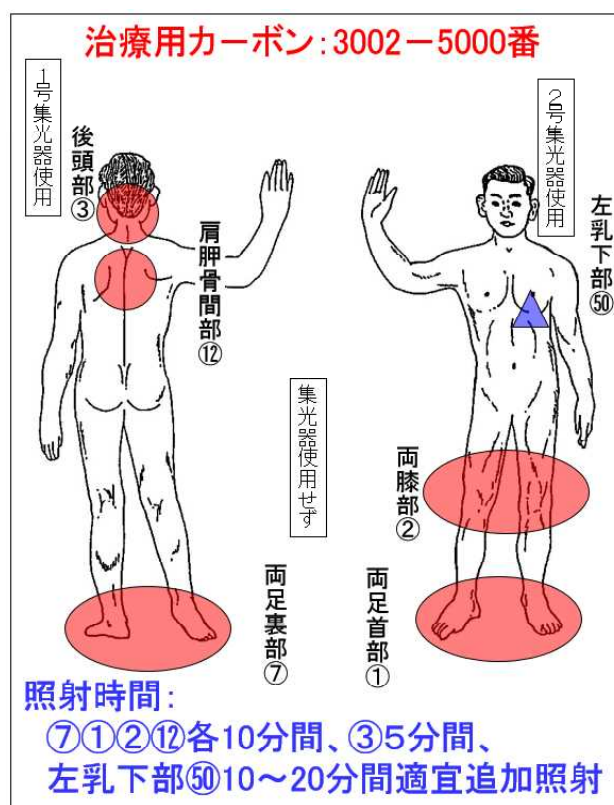
機能性身体症候群の中で循環器系の症状として非心臓性胸痛、動悸、息切れなどの訴えが多くみられます。循環器系検査で異常がないにもかかわらず、患者は症状が継続し不安になり精神的負担も大きくなります。心臓神経症、神経循環無力症などといわれています。動悸とは心臓の拍動が自分で感じられる状態を指します。動作時や貧血時にみられますが、基本的には自覚症状で他覚症状ではありません。心臓がドキドキするなど表現されますが、必ずしも心拍数が上昇しているわけではなく、むしろ徐脈の時にも生じることがあります。実際に1分間に100回以上の心拍数が計測される場合は頻脈とされ病的なものとして扱われます。動悸を起こす疾患は多岐におよび循環器疾患ではどんなものでも動悸は起こります。またそれ以外の全身疾患でも起こります。病院治療は安定剤、抗不安剤などが使われます。

### 【治療例2】動悸、冷え、不安、不眠

74歳 女性

**症状の経過**：50歳頃、冷え、のぼせ、動悸、イライラ、不眠など更年期障害の症状があった。不眠以外の症状は1年くらいで自然とよくなったが、不眠だけは続き睡眠導入剤を服用していた。65歳頃より急に脈が速くなる感じがあり、循環器科で結果を受けた。ホルター心電図など精査したが異常はなく、薬剤による治療もなかった。その後も急に脈が速くなる感じや動悸を感じることもあり不安であった。冷え症もあるので、71歳時、妹の紹介で当附属診療所を受診した。

**治療の経過**：自宅で毎日治療した。治療1年後、足が温まり、急に脈が速くなる感じや動悸は出現回数が減ってきて、不安感も少なくなった。不眠は良い日と悪い日があった。治療2年後、急に脈が速くなる感じはなくなった。治療3年後の現在、足の冷えはよくなり、動悸は出なくなったので不安感もなく元気になっている。睡眠は睡眠導入剤をたまに使用する程度でよい状態である。



### Ⅲ 頭鳴（ずめい）

片頭痛患者は脳の興奮性の高さに関連することが指摘されています。一方、脳の興奮が音を認識する側頭葉の聴覚野に及ぶと、頭の中全体に雑音が広がるような症状が現れます。両側の耳に耳鳴りが起こっているようにも感じられますが、これを耳鳴りではなく頭鳴といいます。

●東京女子医大の清水医師らの調査（2012年）では頭鳴罹患率は圧倒的に女性に多く（70%）、平均年齢は46±16歳と中高年に多いことが報告されています。病院治療は脳の興奮性を鎮める薬剤を使用します。

#### 【治療例3】頭鳴、食欲不振、倦怠感、不眠

72歳 女性

**症状の経過：**61歳頃、子供のことでいろいろストレスがあり不眠、食欲不振、全身倦怠感などがみられた。病院の検査では異常がなかった。62歳時、急に後頭部がジーンと鳴り、頭鳴が1日中続いた。耳鼻科などで検査を受けたが耳鳴りによるものと言われ安定剤を投与された。しかし安定剤を服用しても頭鳴は改善せず、不眠、全身倦怠感も続いていたので、友人の紹介で当附属診療所を受診した。執着気質

**治療の経過：**自宅で毎日治療した。治療2カ月後、からだが温まり寝付きがよくなり夜間尿がなくなった。頭鳴は日によってみられないことがあった。治療1年後、体操、水泳などで気分転換をして不安感が減り、だるさ、食欲が改善し、肩こりや背中凝りも軽くなった。頭鳴は出現する日数が減ってきた。治療3年後、睡眠は寝付きはよく、頭鳴はたまにしかみられなくなった。治療7年後、頭鳴は出なくなった。治療10年後の現在、頭鳴の再発はないが、膝痛があるので光線治療は3001-4008番で週に3~4日は行っている。

