日刊ゲンダイ　二〇一二年五月二十四日

ポストポリオ症候群

受診したいワザ　連載

筋力強化リハビリは逆効果

里宇明元教授

慶応義塾大学病院リハビリテーション科（東京・新宿区）

ポストポリオ症候群というのをご存じだろうか。かつて「小児まひ」と呼ばれていた「急性灰白髄炎（ポリオ）」を発症した人が、15～30年を経て新たに生じる障害だ。

「『歩きにくい』『階段がのぼりづらい』など筋力の低下に伴う障害をはじめ、『疲れやすい』『腰が痛い』などさまざまな症状に悩まされます。主に身体障害者手帳を持つ北九州のポリオ体験者を調べたところ、約85％の方がポストポリオ症候群と診断され、社会に大きな衝撃を与えました」

こう言うのはポストポリオ症候群克服のためのリハビリテーションに取り組む里宇明元（さとうあきもと）教授だ。

日本でポリオの爆発的大流行が最後に起きたのは1960年。このとき全国で6000人以上の子どもが発病した。

「ポリオはポリオウイルスによって神経が侵され、手足のまひや萎縮などを招きます。生涯にわたる重い障害を残す患者さんもいますが、リハビリなどである程度まで回復した方も少なくありません」

なぜ、ある程度まで障害が回復したのか。ウイルスに侵されずに生き残った神経から新たな枝が伸び、まひした筋肉が再び動かせるようになったからだ。

「しかし、その分、生き残った神経に過度な負担がかかります。それに老化による衰えも加わり、ある時期から徐々に、筋力の低下や重度の疲労感、痛みなどの症状を新たに発症させてしまうのです」

問題は筋力強化のトレーニングで、再び障害を克服しようと努めるポリオ体験者が少なくないこと。発病時のリハビリで障害を克服した成功体験が脳裏に刻まれているからだ。しかし、これは大きな誤解だ。

「ポリオの患者さんは社会的に活躍されている方が多い。それだけ障害を克服するために頑張ってこられたのであり、日常生活でも筋肉などを使いすぎているケースが多いのです」

むしろ負担を軽減させることが大切

それゆえ筋力強化のトレーニングで、かえって症状の悪化を招いてしまうポリオ体験者が少なくないという。

「リハビリとは筋力強化によって障害を克服することだけではありません。ポストポリオ症候群のリハビリでは、なによりも体のどの部分に過剰な負担がかかっているのかの正確な見極め、日常生活の中でその負担を減らす工夫が必要なのです」

つまり、ライフスタイルの再点検はもちろん、筋電図やMRIなどの精密検査による神経や筋肉などの障害の分布や程度の正確な診断、個々の患者に即したリハビリが不可欠なのだ。それには豊かな診療経験に裏打ちされた適切なリハビリ指導が欠かせない。

「当院では今後、地域の医療機関とも連携し、ポストポリオ症候群に悩む患者さんをバックアップしていく態勢を整えたいと考えています」

（医療ジャーナリスト・松沢実）

＝水曜掲載

F・ルーズベルト大統領もポリオ患者だった