

私が正常眼圧緑内障と診断されたのは44歳のとき（2011年）でした。発覚当時に自覚症状はないものの既に左目の視野が欠損しており、右目は正常だが、いずれは欠損してくると言われました。すぐに点眼治療が始まりましたが、もともとベースラインの眼圧が17と正常眼圧の中でも高い方で、良く効くと言われているプロスタグランジン製剤を使っても下がらず、あっという間に3種類の点眼薬を使うようになってしまいました。それでも眼圧は下がってくれませんでした。

視野検査の結果を見るたびに、落ち込み、夜は暗闇が怖くて眠れなくなりました。3種類の点眼の煩わしさから家に引きこもりがちにもなりました。点眼以外の治療法はないのか？とネットを検索していて秋英堂治療院をたどり着きました。自宅から比較的近い場所にあったのも幸いでした。すぐに予約を取り金本先生に診てもらうようになって早いものでもう4年目になります。最初のうちは、残念ながら鍼灸を続けても眼圧にはあまり変化は見られませんでした。そしてついに、2014年の春先に眼圧が21を超えてしまい、主治医からレーザー治療を勧められたのです。今から振り返れば、この頃が仕事や家庭の事情なども重なり、一番ストレスの強い時期だったような気がします。コロコロと点眼薬を変えることへの治療方針を巡り、この主治医とも今ひとつ信頼関係が保てなくなってきていました。

主治医の勧めるレーザー手術にはどうしても納得がいかず、金本先生のアドバイスもあって転院を決意しました。色々ありましたが、ようやく新しい先生見つけ、点眼も一旦全て1ヶ月ストップして1からやり直すことになったのは2014年の夏頃でした。

先の見えない治療に自暴自棄にもなりかけましたが、それでも鍼灸治療をやめなかったのは、自分の中で少しずつ薄皮を剥ぐように自分の身体が改善されてきているのがわかったことと、金本先生の鍼灸治療に対する真摯な姿勢と治療方針に共感ができ、信頼関係ができたからだとおもいます。

そして新しい主治医のもとでまずは1種類の点眼薬（キサラタン）に絞ったところ、17から14に下がりました。一年後にはもう1種類が追加（ミケラン）がとなりましたが、ついに2016年1月には11にまで下がったのです！現在もキサラタンとミケランの2種類で治療中です。

金本先生はよく「健康の貯金」とおっしゃいます。日頃から身体の調子を整えてその良い状態を貯金していざという時に備えるという考え方です。鍼灸治療を始めて私の身体に起きた良い変化は、不眠・便秘の解消、原因不明の右首筋の痛みの改善、そして何よりもストレスへの耐性がついたことです。鍼灸がストレスに効く？と疑問に思う方もいるかもし

れませんが、結局、身体の調子を全体的に整えていけば、よく眠れるようになるし、よく眠れば食事も美味しくいただけるし、一日を快適に過ごせるようになりストレスを感じてもやり過ごせるようになるのだと思います。この考え方はヨガにも通じています。私は緑内障が発覚するだいぶ前からヨガを続けてきたのですが、ヨガのインストラクターの方々も「ヨガを続けていくと、身体が柔軟になるだけでなく、心も柔軟になって小さなことに囚われてクヨクヨしなくなる、そんな心の変化を楽しみましょう」とよくおっしゃいますが、金本先生も同意見のようです。

正常眼圧緑内障の唯一の治療法は「眼圧を下げる」ことしかありません。ですが、私のようになかなか眼圧が下がらない患者さんもたくさんいます。鍼灸治療を施したからといってすぐに眼圧が下降するというものではありませんが、鍼灸治療は眼圧を上昇させてしまっている様々な要因を少しずつ長期的に取り除いていくことに効果があるのは間違いないと私は信じています。金本先生は個々の患者さんのネガティブ要因を取り除くために最大限の努力をしてくださるとても信頼のおける良い先生です。先生ご自身も昨年入院を迫られる病気をされましたが、患者の立場の経験を糧に今まで以上に患者の立場にたって治療を考えてくださっているのがよくわかり本当に頭が下がる思いです。緑内障患者にとって眼圧コントロールは一生続くものですから一喜一憂しては人生を楽しめなくなります。私は日頃頑張っている自分へのご褒美のつもりで鍼灸治療はずっと続けていくつもりです。