

疾患と気象の関係

順天堂大学名誉教授

稲葉 裕

(聞き手 山内俊一)

季節の変化や天気（気温、気圧など）により、症状が変化または悪化しやすい疾患にはどんなものがあるのか、ご教示ください。

<愛知県勤務医>

山内 本日の話題は古くからあるもので、よく診療室でも話題になるのですが、そもそもこれを一番感じておられるのは患者さんご自身、ないし一般の方々だと思いますが、こういった方々を対象とした何かアンケート調査のようなものはあるのでしょうか。

稲葉 つい最近、ある会社が大勢の人を集めてアンケート調査をされた結果が手元にありますので、簡単にご紹介したいと思います。「あなたは実際に天候や季節の変化と体調への影響を経験していますか」という質問に、「体験している」というのが73%と半分以上。この問題に関心のある人がアンケートに答えられているという面もあるとは思いますが、かなり多くの人が天候と体調、健康に関してはつながっている、何らかの関係があると考え

えているようです。

山内 特に多いものは何でしょう。

稲葉 幾つか具体的な項目がありまして、「これまでに経験したことがあるものはどれですか」ということで聞きますと、一番多いのが「寒くなると肩が凝る」というのが50%ぐらい。「天気が悪い日が続くと憂うつな気分になる」というのが40%ぐらい。「乾燥すると体がかゆくなる」というのも38%。そんなようなものが多いところですが、全部の人が寒くなると肩が凝るわけではない、というのはちょっと興味があるかなと思います。

山内 私も乾燥すると肌がかゆくなるのですが、3割ぐらいなのかと逆に少しびっくりいたしました。確かにそういう違いが出てくるということにおもしろみがあるわけですね。

稲葉 みんながみんなというわけではないというところも一つありますし、もう一つ別の、リウマチとか神経痛とか喘息とかの病気を持っている人たちに、天気の変化でどうかというのを聞いたアンケートで見ると、天気の変り目にリウマチの人の86%が関節が痛む。痛風を持っている人は50%ぐらいが痛む。気管支炎の人の症状が悪くなるのが40%ぐらい。これはさっき言ったように、リウマチだと100%と皆さん思うかもしれないけれども、関心のある人で86%ということです。前に聞いたリウマチの専門の先生の話では、実際にリウマチを患っている人の半分ぐらいしか天候での痛みは来ないのだそうです。

山内 リウマチと天候の関係は非常に有名ですが、天気にも気温だ、気圧だ、いろいろありますが、どれがというのは何かあるのでしょうか。

稲葉 幾つも研究が出ていて、結局はまだ結論が出ていないといったほうがいいと思うのですが、一番多いのは寒さ、冷たさで、気温が下がる時にリウマチの痛みがある。最近注目されているのは気圧です。気圧の変化、寒冷前線が通るようなときには気温が低くなるし、気圧も低くなっていく。そういうときに関節の中の微妙な変化というのですか、そういうものが痛みを感じさせているのではないか。動物実験でも今、確かめられてきて、

興味あるデータが出てきています。

山内 気温のような、温度が急に変わるとというのは理解しやすいのですが、気圧というの、人間、こういったものに対する感覚があるという調査も最近出てきていますので、ひょっとしたらあるかもしれないというところですね。

稲葉 そうですね。気圧はなかなか感じにくいと思いますけれども、三半規管を詳しく調べると、かなり微量な、小さな気圧の変化も人間の体としては感じているようだといわれています。

山内 今、リウマチ、痛風、喘息といった、有名などいいますか、我々もよく耳にするような疾患が挙げられたわけですが、それ以外に、頻度としてはだいぶ少なくなってくるかもしれませんが、挙げられている疾患としてはどんなものがあるのでしょうか。

稲葉 気象条件の影響を受けることで一番大きな病気というのは循環器の病気だと思います。昔から死亡統計などを見ていて、冬に心臓病、脳卒中が多いというのはいわれていることですし、最近では夏の暑さでも、特に脳梗塞、心筋梗塞で血管が詰まるというのは、暑さ、湿度などにかかなり関連しているといわれています。一般の人たちはそれほど心筋梗塞を持っている人が気象によって影響を受けると感じていないかもしれないのですが、医療関係の立場からいうと、これは非常

に大きなテーマかなど。血管と気象とのかかわりですね。自律神経、交感神経、副交感神経とのかかわりで、かなりいろいろなことがわかってきているのではないかなと思っています。

山内 確かに、脳卒中のたぐいですと、熱中症などの問題がありますし、脱水の問題もありますから、何となく夏場に多いかなとか、あるいは寒さで血圧が上がしやすいので、冬場に多いとかいう印象は、イメージとしてもつきやすいのですが、心筋梗塞は少し離れているという面がありますね。

稲葉 血圧とのかかわりでいうと、同じような感じではないですかね。血圧が高くなると心筋梗塞は起こしやすくなるし、血管が詰まりやすくなる、血液濃縮が進んでいくと梗塞を起こしやすくなる。脳でも心臓でも、似たようなところがあるかなと思っていますのですね。

山内 それ以外に、専門家として、統計調査は不十分だが、感触として、こういったものがわりに多い、季節変動の影響を受ける、そういったもので挙げられている疾患といいますと、どんなものがありますか。

稲葉 なかなか難しいのですけれども、細かいところでいくと、緑内障とかメニエール病とか、そういう視覚器、聴覚器のようなところの病気。これも自律神経に関連しているのではないかと思いますけれども、季節と関連して、

特に寒冷前線の通過の前後で発症する、痛みを起こしたり、病状が悪化するということはいわれているようです。

山内 ほかにもありますか。

稲葉 わりに軽いものとしては片頭痛。

山内 片頭痛もそうですか。

稲葉 季節性のものとしていわれます。

山内 やはり寒冷前線と見てよろしいのですか。

稲葉 そうですね。おもしろかったのは、今はあまりないかもしれないけれども、昔、晴れた日に虫垂炎、盲腸の手術がたくさんあったという外科の先生がいて、それはどうも晴れた日に好中球が増える、そういう白血球の種類が変わってくるというか、交感神経、副交感神経のバランスで炎症を起こしやすくなるのだということを書いている本があって、これはおもしろいなと思ったことがあります。

山内 確かに、メカニズムはわかりにくいのですが、交感神経、副交感神経のバランスが変わるといいますか、変調をきたすというよりも、変化をきたす。例えば、昼と夜で変わりますから、夜間にいろいろな病気が発症しやすいというの也有名ですけれども、こういったものと絡めて機序を考えるというのでよいのでしょうか。

稲葉 そう思います。自律神経に関しては、最近、いろいろなところで注

目されていて、測定もいろいろ簡単にできるようになってきているので、これからどんどん研究が発達していくのではないかと思うのです。24時間心電図などで交感神経優位と副交感神経優位のバランスを見られるような器具が出ているというのを最近聞いたので、おもしろいなど思っているのですけれども。

山内 そういったものも含めて、もう少し広い話になりますが、自然界、よりよい自然といったものとうまく付き合って病気を予防しよう、そういった流れもあると見てよいのでしょうか。

稲葉 それは非常に大きなテーマで、健康というものをどういうふうにか考えるかということです。日本の自然というのは世界的にも非常に優れている

ということで、山あり、谷あり、海あり、川あり、温泉が非常に多い。もっと自然を利用して健康増進を進めていったらどうか。ヘルスリゾート構想というものを持っている人たちも私自身の周りに何人かおられます。もう少し日本の地形を利用して、高齢者や病気になりたくないような人たちの健康増進のために、もっと温泉を使ったり、地形を利用した運動を加えて、ヘルスリゾートのようなところにゆっくり、1週間なり泊まって健康増進に励むような、そういう社会をつくっていったらどうかというような大きな構想はあります。

山内 ぜひ実現するとういいますね。ありがとうございました。