

片頭痛持ちが歴史を動かす!? 卑弥呼・信長と片頭痛

日本史上、特に有名な人物に挙げられる卑弥呼、信長。この2人の意外な共通点に、片頭痛持ちだった可能性が挙げられます。かつては農業でも戦でも、天気（主に雨）の予測が非常に重要でした。低気圧の予測を可能にしたのは持病のだった片頭痛だったのでは？ 2人の史実を基に、片頭痛・肩こりの意外な力に迫ります。

片頭痛と天才

卑弥呼が片頭痛なら、雨乞いで雨が降ったことも説明できるかもしれません

日本人の840万人が悩む、と言われる片頭痛。片頭痛の人は、なぜ頭が痛くなるのでしょうか？ 片頭痛の人は、まぶしい光やうるさい音、強いにおい、天候の変化などに敏感で、他の人が気づかない、わずかな兆候も見逃しません。片頭痛を持つ人の脳は、片頭痛がない人の脳より興奮性が高く、その働きが良すぎるのです。そのため小さな変化にも脳が反応し、それを神経の痛み信号に変換して頭痛を起こす、と考えられています。



脳の高い興奮性はつらい頭痛を起こす一方で、天才肌の優れた才能を開花する可能性があるとも言われています。古今東西を問わず、何か一つのことに出した才能を持つ天才、例えば作家や音楽家、画家、ノーベル賞受賞者などに片頭痛を持つ人が多いことが知られています。頭痛があった有名人には、夏目漱石、樋口一葉、芥川龍之介、後白河上皇、バーナード・ショー、モーツァルト、ベートーベン、ゴッホ、ピカソ、ギリシア神話のゼウスなどが名を連ねています。

そこで今回は、日本史上最も有名で活躍した男女、女王卑弥呼（ひみこ）と、戦国武将の織田信長の肩こりと頭痛の秘密に迫ってみたいと思います。

卑弥呼と雨乞い……片頭痛が低気圧の到来を知らせた？

卑弥呼は、中国の歴史書『魏志倭人伝（ぎしわじんてん）』に登場する邪馬台国（やまたいこく）の女王です。2013年2月20日、卑弥呼のお墓とする説のある奈良県箸墓古墳（はしはかこふん）に、調査団が立ち入り検査したニュースが流れましたね。邪馬台国の存在場所には九州説と近畿説があり、いまだ確定していませんが、卑弥呼が日本史上最も有名な女性であることは確かでしょう。

『後漢書』によると、邪馬台国時代の日本では祭事を取り仕切るリーダーとしての女王と、政治と軍事権を持つ弟（または兄）との、祭政二重主義が行われていたようです。女王卑弥呼の仕事は、戦勝祈願、農作物の豊作、国民の平和をもたらす祭事などだったと考えられています。なかでも古代日本において、女王が行う雨乞いの祈りは国民を守る最も重要な儀式だったと想像します。なぜなら、日照りが続くと、農作物は枯れて飢えや病気が流行し、国が荒れてしまうからです。

では、天気予報がない時代、卑弥呼は豊作のカギを握る雨の予測を、どのように行っていたのでしょうか？ これは私の独断と偏見ですが、卑弥呼は片頭痛だったのではないかと考えています。片頭痛だったからこそ、天気を予測できる偉大な女王になれたのではないかと考えています。

卑弥呼がもし片頭痛持ちであったなら、気圧の変動を誰よりも早く察知し、低気圧の到来を予見することができたはずで、片頭痛には低気圧に反応する

タイプがあります。特に、これから低気圧が近づいて天候が悪化するタイミングに反応するタイプが多いようです。私の患者さんにも、「天気予報より雨が当たる」と言われる片頭痛持ちの方は非常に多いのです。もし卑弥呼が、片頭痛発作を雨乞いする雨の予兆として使うことができれば、かなりの確率で雨を予測することができたのではないのでしょうか？ 卑弥呼が干ばつに悩む民の前に、「もうすぐ雨が降る！」と宣誓して、その通りに雨が降ったなら……。もう民は信じるしかないでしょう！ 「卑弥呼さまは、本物の女王だと。」

『三国志』紹熙（1190～94）本によると、「卑弥呼以死。更立男王国中不服、更相誅殺、当時殺千餘人。服立卑弥呼宗女壹（台）与、年十三為王、國中遂定。政等以檄告諭壹（台）与」とあります。卑弥呼の死後、男王を立てようとしたようですが、国中に反対され、卑弥呼の姪である台与（たいよ）が新女王として即位したようです。

この史実も、もしかしたら片頭痛が関わっているかもしれません。なぜなら、日本国民の片頭痛発症率は女性が14%、男性が5%、遺伝性がある場合が多いからです。女性の方が男性より片頭痛を発症する可能性が高いので、来雨を的確に予見した女王崩御から、片頭痛体質ではない男王に変わったとたん、雨乞い成功率がガタ落ちして信頼が落ちたのではないのでしょうか？ よって、国が従わず、片頭痛体質を受け継いだ卑弥呼の姪（女系遺伝）、台与が新女王として即位し、国が治まったのでは？などと、古代歴史ロマンに夢はせる史実です。

悪天候を予知する天才だった織田信長と片頭痛

『敦盛』は、信長にとってのフラダンスだったのかもしれませんが。

『敦盛』（あつもり）は、能の原型といわれる舞曲目の一つです。

「人間五十年 化天の内をくらぶれば、夢幻の如く成り」の一説は、大河ドラマでもよく放映されますよね。敦盛は、信長が桶狭間（おけはざま）出陣の際にも舞った、とされています。



なぜ信長は敦盛を好んで演じたのでしょうか？ 平家武将に武士の哀れを感じたから？ リズムと音感が気に入ったから？ 舞いやすい曲目だったから？ これも想像の域ですが、私は、信長は片頭痛に伴う肩こりに悩んでいたから『敦盛』を好んで舞ったのではないかと推測しています。

片頭痛が勝たせた？ 桶狭間の戦い

桶狭間の戦いは、信長が二千の家臣とともに、二万といわれた今川義元の軍勢に奇襲をかけ、勝利した戦です。まさに信長軍が襲いかかるタイミングで突然雷雨が起これ、予期せぬ嵐と今川軍の混乱に乗じて、信長に軍配があがりました。「神が味方した」とも言われる桶狭間の戦いですが、信長は、まぐれでその日、その朝を選んで奇襲をかけたのでしょうか？

1560年5月12日、今川義元は大軍を率いて、駿府を出陣します。18日夜、信長は義元の出陣を聞いたものの、家臣たちを前に全く戦の話せず、さっさと寝てしまった、と「信長公記」は伝えています。そして翌朝早く突然起き上がり、敦盛を舞って出撃した、とあるのです。

もしかしたら、さっさと寝てしまった18日。信長は片頭痛に悩まされていたのではないのでしょうか？ 片頭痛で、議論どころではなかったのではないのでしょうか。しかし、信長としては、「いつもの強い雨が降る前の頭痛があった。

ならば、翌日は大雨に違いない。」と、確信ができる程の強烈な頭痛だったに違いありません。

信長が片頭痛なら、嵐に乗じて奇襲をかけることも、
簡単だったことでしょう



桶狭間の戦いが起こった5月19日は、「信長が敵の前衛部隊を山際に追い込んだ時、突然天候が急変した。石や氷を投げ打つような雨が、強い西風にあおられながら落下してきた。」と、記述が残っています。巨大な楠が東に倒れる程の突発的豪雨、爆弾的気圧並みに発達した強い低気圧の来襲。片頭痛を持つ信長だけに、翌朝の奇襲のタイミングが分かったのではないのでしょうか。

桶狭間以外にも、信長が悪天候を予知する天才だったという史実が残っています。船乗りさえ止めた大風の日に出発して、大勝した村木城攻め。大雨をついて成功した浅井朝倉戦での大ずく砦の奪取。比叡山延暦寺の焼き討ちでは、小雨模様の天候の中、京から坂本まで一気に軍を移動させ、すぐさま町に火をかけています。大河内城攻めでは、予想外の大雨すぎて、自軍の鉄砲の種火が消えて敗戦した、なんて記録があるくらいです。

信長が戦いをしかける時だけ都合よく、何度も突発的に雨が降るのは偶然でしょうか？ 片頭痛は、天候、特に、これから雨が降る低気圧に反応する頭痛です。信長が片頭痛持ちなら、正確に雨の襲来を予見することができたでしょう。天候の激変を誰より早く予測することができるから、奇襲も高確率で成功したのではないのでしょうか？

また、信長の妹、お市の方の娘である茶々とお江、お江の息子である徳川家光も頭痛持ちであった、と記述が残っていることも、遺伝体質が大きい片頭痛の性質を考えると、信長片頭痛説をサポートするでしょう。信長が、当時好ん

でいたという奇抜な西洋風ファッションも、ファッションセンスが独特で飛びぬけている片頭痛で説明がつくかもしれません。

なぜ信長は、敦盛を好んで舞ったのか？

もしかしたら、天候をこれほど精密に当てることができる信長の片頭痛タイプは「天才型アウラ片頭痛」だったかもしれません。天才型アウラ片頭痛の場合、三叉神経と高位頸髄神経の興奮から、首こりと肩こりがキツイことが特徴です。

現存する敦盛の舞は、背筋を正し、背筋のインナーマッスルを意識しながら、肩甲骨を大きく開き、ゆったり呼吸を整えながら舞っています。天才型アウラ片頭痛タイプの肩こりに効く体操が、首と肩のインナーマッスルをほぐすフラダンスです。ですから、当時のフラダンスに相当する運動が、信長にとっては、「敦盛」だったのではないのでしょうか？

信長がフラダンスを踊ったら？ フラダンス感覚で舞っていたのが、実は「敦盛」!? ちょっと怖いイメージの信長も、肩こりに悩まされていたのかも……。そんなイメージで織田信長を想像すれば、片頭痛が日本史の一翼を担ったのではないかと、少し楽しく眺められるのではないのでしょうか。

【参考文献】

鳥越憲三郎：中国正史 倭人・倭国伝全釈

清水俊彦：頭痛女子のトリセツ

谷口克広：織田信長合戦全録

頭痛で悩まされた著名人・・・

あの有名人も頭痛に悩んでいた

頭痛は現代人だけのものではありません。記録によれば古代から人類は頭痛に悩まされてきました。

歴史にその名をとどめた人たちにも、頭痛と闘ってきたさまざまなエピソードが残されています。

そのいくつかをご紹介します。

1. モーツァルト
2. 樋口一葉
3. フロイト
4. 石川啄木
5. 後白河法皇
6. バルザック
7. バーナード・ショー
8. 芥川龍之介
9. パブロ・ピカソ
10. ルイス・キャロル
11. フィンセント・ファン・ゴッホ
12. チャールズ・ダーウィン
13. 曹操

①モーツァルト 頭痛の中から傑作が生まれた!?

作品は不評、経済的にも破綻

生誕 250 年、今も多くの人を魅了するモーツァルト (1756 ~ 1791) の音楽。彼は発育不全で小柄だったと伝えられています。腸チフスや天然痘にかかりながら、人生の 3 分の 1 を旅先で過ごし



たぐらいですから、決して病弱ではありませんでした。

ところが、死の 1 年前ごろから、頭痛や歯痛に悩まされ始めたといいます。旺盛な作曲活動を続けるものの、評価はかんばしくなく人気は落ちるばかり。皇帝や大司教の後ろ盾を失い、病弱な妻の療養費の工面などもあり、一流音楽家の暮らしは困窮の一途にありました。精神的にもかなり参っていたようです。

頭全体がすっかり縛られたよう

そんな状態をモーツァルトは、フリーメイソンの同士に宛てた手紙の中で、借金の無心をしながら何度となく訴えています。

ヴィーン、一七九〇年四月八日ないしはそれ以前

私自身お目にかかり、じかにお話したいのですが、頭全体がリウマチ性の痛みですっかり縛られたようです。そのための私の苦境もいっそう身にしみて感じられます。——もう一度、差し迫っています、できましたらお助けください。

ヴィーン、一七九〇年五月初め

とても残念ですが、じかにお話するために外出できません。なにせ歯の痛みと頭痛がいまだにひどく、特にまだ強い病変を感じます。(中略) いまはあなたに率直に打ち明けました。どうぞあなたに出来るだけのことで結構です。あなたの真の友情の気持ちが許すかぎりのことを尽くしてくださるよう、心からお願いいたします。

『モーツァルト書簡全集 6』(海老沢 敏訳・白水社刊) より抜粋

頭痛に襲われながら書いた《レクイエム》

それでもモーツァルトは 1791 年 1 月、最後のピアノ協奏曲《ピアノ協奏曲変ロ長調 K.595》を完成させました。7 月にはナゾの使者から依頼を受け、激

しい頭痛や吐き気にさいなまれながら《レクイエム》の作曲を続けたといひます。そして死の直前 4 時間前まで譜面に向かいながら、遂に 12 月 5 日未明帰らぬ人ととなりました。

レクイエムは、未完に終わりましたが、弟子によって完成され、天上の響きともいえる美しい旋律で知られています。

美しく天真爛漫な輝きがある一方、「走る悲しみ」と評されたような深い憂いが潜む後年の名曲の数々。その背景に、天才モーツァルトの心とからだの変調があったと思ひながら聴いてみるのも一興でしょう。

②樋口一葉 貧しさと頭痛で短い生涯を終えた樋口一葉

名作『たけくらべ』の作者というより、今は五千円紙幣でおなじみの樋口一葉（1872 ～ 1896）。明治の傑出した女流作家も、頭痛に悩んだ女性の一人でした。井上ひさしさんの芝居『頭痛肩こり樋口一葉』でもおなじみです。



『たけくらべ』の美登利が頭痛の訴え

生理のメカニズムにより頭痛を起こす女性が少なくありませんが、一葉も頭痛の始まりは初潮だったようです。そんなシーンが、東京の下町を舞台に微妙に揺れ動く少女の心理を情感豊かに描いた出世作『たけくらべ』で描かれています。

帰っておくれ正太さん、後生だから帰ってお呉(く)れ、お前が居ると私は死んで仕舞ふであろう、物を言はれると頭痛がする、口を利くと目がまわる……」。

一葉の思春期が投影された主人公の美登利は、遊郭吉原のおいらんの妹です。そろそろ自分も遊女として店に出される 14 歳のときのひとコマです。

頭痛、肩こりが起きるのも不思議でない暮らし

士族の娘として何不自由なく育った一葉でしたが、家運が悪化、泣く泣く小学校を中退して、家事、裁縫を手伝う毎日。小石川の歌塾「萩の舎」へ通うのが唯一の楽しみでしたが、17 歳のとき長兄に続き父も亡くなって家督を継ぐことに。父の借財のため、母と妹との 3 人で針仕事や洗い張りなどの内職に追われる毎日でした。

ところが一葉は、強度の近眼で針仕事は不得手。夜遅くまで針仕事をした翌朝はお灸をして図書館へ行き、食い入るように読書……。頭痛、肩こりも無理からぬ生活でした。当時のイケメン新聞小説作家・半井桃水(なからいとうすい)にかなわぬ恋をしたのも、頭痛を呼び起こす原因の一つかもしれませんが、「頭(かしら)いといたくてせんかたもなく苦し」(現代語訳すると「頭がすごく痛くて、どうしようもないぐらい苦しいの!」ということでしょうか。)などと、頭痛の悩みを日記に記しています。

貧しさのなかで次々と名作を発表

自分ができることは小説を書くこと。その収入で貧乏から脱出したいと、明治 26 年、21 歳で『文学界』にデビュー。しかし原稿料はわずかのため、荒物雑貨、駄菓子屋を開いたものの、家賃や利子の支払いに追われ、明日のお米もないという状況でした。

頭痛にもたびたび見舞われ、友人が訪ねると「痛くてたまらないから」と、鉢巻を巻いて筆をとっていたり、「ひどく肩が凝ってこれで厳しく打っても感じないほどです」と文鎮で肩をたたいていたりしたようで、まさに満身創痍。

そんななかで『大つごもり』『にごりえ』『十三夜』など、次々と名作を発表

しますが、一葉の小説や日記が陽の目を見るのはずっと後のことです。こんなムリと貧しい食事による栄養失調がたたったのか、明治 29 年 11 月、肺結核のため 24 歳の短い生涯を終えました。

ところで、今のように頭痛によく効く薬があったら、一葉はどんな小説を書いていたでしょうか。案外がらりと変わった作風になっていたかもしれませんね。

頭痛肩こり樋口一葉

「頭痛・肩こり」---頸椎症性頭痛のくすり

「頭痛 肩こり 樋口一葉」は井上ひさしの書いた戯曲のうちでも最高傑作といわれていますが、絶えず、後頭部や首の後ろに鈍い痛みを訴え、同時に肩がこるという人は数多くみられます。今から二十数年前にシャスタード (Sjastaad) という頭痛学者が頸椎症性頭痛研究会を作って研究していたのを覚えています。その機序についてはまだよく分かっていません。



日常の診療でこのような訴えのほかに、めまい、吐き気、不眠など、心気症的な症状を合併し、過去にむち打ち、その他の頭・頸部外傷を受けた人が多くみられます。この場合、頸椎の X 線写真、MRI などの検査をすると頸椎に軽い変化（頸椎変形症）がみられることが多く、頸椎症性頭痛と診断することが少なくありません。いわゆる自律神経失調を伴う場合は、バレ・リュエ (Barré-Lieou) 症候群とも呼ばれます。

頸椎の変化が軽い場合には、首・肩のマッサージや体操が一番よいと思います。どうしても症状がとれない時には、われわれが P-MDPA などと呼んでいる薬をのむとよいでしょう。この薬は本協会の代表理事、間中信也先生のおられ

た東京大学病院脳神経外科ではじめての配合薬が発端であり、同院の院内処方となって、その後、全国に広まってきています。内容は1回分として、ジアゼパム（セルシン）0.2mg、鎮痛薬、筋弛緩薬のほか、アルミゲル（胃の薬）の4種類からなり、鎮痛薬と筋弛緩薬はその時代につかわれる代表的な薬で置き換えられてきていますが、効能はほぼ同じです。

新薬があい次いで出ている、日進月歩の現代になお生き続けている、この絶妙な組み合わせをもった頭痛の特効薬をわれわれはこれからも愛用していきましょう。ただし、薬剤起因性頭痛にならないよう、はじめはせいぜい1日1回程度、頓用するのが原則です。リハビリで軽快したら週に1ないし3回以内に止めておくべきでしょう。

総合南東北病院 神経疾患研究所 所長 獨協医科大学名誉教授 片山 宗一

③フロイト 軽い片頭痛が生活を規則正しくした!?

日曜日ごとにフロイトを悩ました頭痛



精神分析の創始者として知られるシグムンド・フロイト（1856～1939）。エディプスコンプレックスを発見し、夢分析を確立した有名な学者ですが、彼も頭痛に悩まされてきた一人です。

書かれた年代は定かではありませんが、フロイトの手紙に「私の健康は上々だった。日曜日には軽い片頭痛が起こって生活を規則正しいものにした」とあります。

彼はなぜか毎日曜日に片頭痛発作に悩まされていたようです。頭痛が起こる

メカニズムも解明されていない時代ですから、頭がズキズキ痛んでも、もちろん薬はありません。そこで、頭痛が起きると「生活リズムを正さなければ」と受け止めて、日常生活を見直したということでしょう。

頭痛のメカニズムが解き明かされ、薬がある現在でも、ライフスタイルと頭痛との関係が深いタイプの人が多くいます。すでに1世紀前に、頭痛の前触れをライフスタイルで受け止めて対処の仕方を身につけていたフロイトの慧眼には驚かされます。

精神分析を生み出した頭痛とパニック障害

フロイトは、オーストリア・ハンガリー帝国の小都市フライベルク（現在はチェコのプシーボル）にユダヤ商人の息子として生まれました。3歳のときに一家はウィーンに移住。ウィーン大学医学部を卒業して、神経科医として働き始めたころから、フロイトは頭痛だけでなくパニック障害にも悩まされるようになります。強い動悸、めまいなどの発作を起こすようになり、心臓病への恐怖、乗り物への恐怖、抑うつ状態にとらわれてしまいます。

40歳のときに父親が病死しますが、このときにフロイトのパニック障害は最悪に。友人の医師に相談するうちに、自分の中に潜んでいたエディプスコンプレックス（母親を愛するあまり、無意識のうちに父親を嫉妬して死を願うコンプレックス）を発見して、それを自覚することによってパニック障害から抜け出していったのです。

持病の頭痛に加えパニック障害にも苦しんだことから、こころのありかたに関心をもつようになり、精神分析の道を開いたと言ってもよいでしょう。

晩年、ナチスの迫害を受けて亡命

精神病理学者としてのフロイトを一躍有名にしたのは、ヒステリーの研究でした。これも頭痛もちだったからこそ、その因果関係を探るうえでたどり着い

た副産物といえます。 1896年に考案した治療法が「精神分析」で、精神分析学の基礎的体系となりました。1900年には「夢の解釈」を出し、心理的現象の起因は性欲で、これが抑圧されると葛藤が起こり神経症を発症するという主張は、当時の学会や社会に大きな影響を与えたのでした。

そして、フロイトはこの一連の過程を精神分析の治療法として確立し、1917年に「精神分析学入門」としてまとめ、今日でも多くの人に読みつがれています。

そんな精神分析学の権威だったフロイトも、ウィーン大学教授であった晩年の1938年、ヒットラーの足音が近づいてきたオーストリアでナチスの迫害を受け、生命が危うい状況のなかをロンドンに亡命しました。そして翌年、世界が第二次大戦に突入した年に、苦しみぬいた生涯を終えました。

◎石川啄木
文学への夢を求めると実生活は憎みの連続

数々の短歌は苦悩の真生活から生まれた

東海の小島の磯の白砂に
われ泣きぬれて
蟹とたはむる

たはむれに母を背負ひて
そのあまり軽きに泣きて
三步あゆまず

はたらけど
はたらけど猶わが生活楽にならざり



ずっと手を見る

詩人石川啄木の歌集「一握の砂」に出てくるこの短歌は誰でも一度は読んだことがあるはず。彼の短歌は普段の生活を題材にし、一首を三行書き表した表現は歌壇に大きな影響を与えました。

しかし彼の生涯は、順風満帆とは言えず、金銭観念の無さからの借金生活、嫁姑問題、病魔との戦いといつも問題を抱えて悩む日々の連続でした。

詩人を志すも借金と病で帰郷

1886年（明治19年）2月岩手県盛岡市に生まれ、岩手県盛岡中学校に入学した啄木は言語学者、民俗学者・金田一京助や野村長一（後の『銭形平次捕物控』の作者・野村胡堂）らの先輩と出会い文学の影響を受け、14歳の時には後の妻になる節子と出会います。しかし啄木は試験中カンニングを行い処分されたのをきっかけに学校を中退。詩人を志して上京しますが、翻訳などの仕事をしてもうまくいかず、金銭上の観念が皆無で借金も増え、肺結核を病み父に迎えられ失意の中、故郷に帰ります。

故郷に帰った啄木は先輩の野村長一に現状を伝え頭痛を訴える書簡を送っています。

「昨夜は頭痛眩暈（めまい）相ついで襲ふて、遂に一睡の安眠をもしたかったので、今夜の労れも一通りでない」

「頭痛はまた盛んになりそうになって来た」

啄木の頭痛は心配や不安などの精神的なストレスが原因で起こりやすくなる緊張型頭痛だったのかもしれませんが。

いくつもの職業を変え、念願の歌集を刊行

20 歳の時、実家の寺が宗費を滞納したことから父は住職を辞めさせられ、生活能力のない長男・啄木が、家族を扶養することになります。明治 38 年、節子との結婚（しかし結婚という責任の重圧から啄木は自分の結婚式を欠席、花婿不在の結婚式になりました）。明治 39 年、長女京子が誕生。啄木は母校の代用教員や、北海道での新聞記者の仕事に就きますがどれも長続きはせず貧困の生活は変わりません。文学活動への夢が捨てきれず、その後家族を北海道に残し上京。金田一京助の下宿先に居候をして小説を執筆するも売れず、金田一が質入れして彼の生活を支えている状況でした。啄木は明治 42 年に東京朝日新聞の校正係として採用され、函館にいる妻子、母を東京に呼び、後に父も同居し家族 5 人で暮らします。明治 43 年長男真一が誕生しますが生後約 1 ヶ月で他界。同年 12 月に歌集『一握の砂』を刊行。明治 45 年啄木の母・カツが貧困の中で薬が買えない状況で肺結核になり 3 月に他界。その肺結核を啄木も患い翌 4 月 13 日他界。享年二十六歳二カ月。啄木死後の 2 か月後に第二歌集『悲しき玩具』が刊行されました。

家族を養っていくための責任と、文学への夢をいつも抱え悩み、頭痛が多かったことでしょう。啄木は辛い状況のなかでもその気持ちを短歌に詠み、彼の死後その短歌は多くの人に読まれ愛され続けています。

◎後白河法皇
三十三間堂は法皇の頭痛を治すために建てられた

「頭痛」だけは思い通りにできなかった



後白河法皇は平安時代第 77 代天皇として 3 年間の在位でしたが、幼い二条天皇に皇位を譲り上皇として天皇に代わって強大な権力をもち政治を行い、その後出家し「上皇」から「法皇」になり 5 代三十余年にわたって院政を行ってきました。

源氏と平氏の戦いを仕掛け、平清盛、源頼朝、源義経などの武士たちを巧みに利用して王朝権力の復興と強化に専念。その一方で信仰に厚く造寺や社寺参詣を行い、遊びごとを好み今様（当時の流行歌）を集成して「梁塵秘抄（りょうじんひしょう）」を集成したほか、朝廷が行う儀式「朝儀」の復興にもつとめ宮中および民間の年中行事を描いた「年中行事絵巻」を作らせた。

そんな後白河法皇も日頃は頭痛に悩んでいたそうです。何人もの武士を思い通りに動かしてきた法皇も「頭痛」だけは自分の思い通りにはコントロールできませんでした。

お告げで建立した三十三間堂

京都市東山区にある国宝・三十三間堂もそんな信仰が厚い法皇が平清盛に命じて建立した仏堂です。

多くの弓道家たちが集まり大会を行う「通し矢」でも有名な三十三間堂は正式名称「蓮華王院本堂」と言います。三十三間堂の名称は、本堂の内陣の柱間が 33 あることによるもので、また 33 という数は経文に観音菩薩が 33 種の姿に身を変えて人を救うという数とされています。

この三十三間堂が建てられた背景には後白河法皇の頭痛と深い関係がありました。

平安時代後期、和歌山県・熊野の地の熊野三山（熊野本宮大社、熊野速玉大社、熊野那智大社）が阿弥陀信仰の聖地として信仰を集めるようになり、歴代の法皇・上皇などの皇族の参詣が相次ぐようになりました。ある時、後白河法皇は熊野参詣で頭痛の悩みを祈願したところ、お告げがあり「法皇の前世は熊野にあった蓮華坊という僧侶であった。仏道修行の功德によって今世、天子の位につかれるくらい高貴な人物に生まれてきたが、その蓮華坊の頭蓋骨が岩田川の底に沈んでいる。その頭蓋骨を貫いて柳の木が生えていて、風が吹くと柳の木が揺れて頭蓋骨に触れ、法皇の頭が痛むのだ」ということでした。そこで、後白河法皇は岩田川（現在の富田川）を調べさせたところ、川底から頭蓋骨が

見つかり、柳の木を京に持って帰り、三十三間堂の千手観音に頭蓋骨を納め柳の木を梁に使ったところ後白河法皇の頭痛は治ったと言われています。正式名称の「蓮華王院」の名は前世の蓮華坊の名前がつけられています。

三十三間堂の頭痛封じの法要

この三十三間堂では、毎年、1月の成人式近くに的当ての技術を競う「通し矢」と「柳のお加持（おかじ）」という法要が行われています。正月に汲んだ初水を霊木とされる柳の枝で参拜者にそそいで加持する後白河上皇の頭痛平癒にあやかった頭痛封じの法要です。

⑧バルザック 人並外れた創作意欲と遊びは小説以上の人生だった

集中した執筆活動と借金が頭痛の原因？



『ゴリオ爺さん』、『谷間の百合』など「人間喜劇」と呼ばれる数多くの作品群を発表した19世紀を代表するフランスの文豪バルザック。現代小説の創始者と言われフランス文芸家協会初代会長に就任していた彼ですが、その波瀾万丈な生活はいつも頭痛が絶えない日々を過していました。

彼は20代に出版業、印刷業、活字鋳造業など事業を起こしましたがことごとく失敗し多額の借金を作り、その返済のため執筆活動を行いました。

彼は毎日コーヒーを何十杯も飲みながら眠気を払い寝る間も惜しんで集中して原稿を書き続け、作品を書き上げた後はサロンなど社交界に出入りをして音楽家のショパンや彼の恋人の女流作家ジョルジュ・サンドらなどと交流を深め、大食いをして豪遊、浪費を重ねさらに借金を増やしていました。大食漢と言われたバルザックは一度に100個以上の牡蠣を食べたと言われています。

バルザックの場合は多額な借金によるストレスと不安が精神的な刺激になり筋肉が緊張する「緊張型頭痛」だったと考えられます。またコーヒーを飲み続け集中した執筆活動は長時間同じ姿勢をとり続け血流を悪くし、さらに頭痛をひどく長引かせていたのかもしれませんが。

はじめての結婚は亡くなる4ヶ月前

バルザックは女性遍歴も波瀾万丈で、数多くの家庭のある貴族階級の年上の夫人と交際をしていました。中でも母親のように愛した『谷間のゆり』の主人公モルソフ伯爵夫人のモデルと言われている22歳年上のベルニー夫人には事業を起こす際に経済的援助をしてもらい、彼女を通じて作家ヴィクトル・ユゴー、画家のドラクロワらと交流が深まりました。その後も彼は何人もの伯爵夫人、侯爵夫人と交際を重ね最後には1850年バルザックが51歳の4月、ロシア貴族の未亡人ハンスカ夫人と人生ではじめての結婚をし、前夫の莫大な遺産のよりにバルザックの借金は清算されました。しかしバルザックはその年から風邪をこじらせ体調を崩し、結婚後も病状は更に悪化、8月18日に亡くなります。彼の死因は食べ過ぎによる糖尿病とも言われています。最後の言葉は「ビアンション！ビアンションを呼んでくれ！ あいつなら、私を救ってくれる…」と彼が書いた小説に出てくる医者の名前を呼び続けました。

本当の彼の姿を表現したロダンの「バルザックの像」

バルザックと言えば「考える人」のロダンによる彫刻「バルザックの像」も有名です。

バルザックの死後、1891年フランス文芸家協会は彼の功績を讃え「バルザックの像」を製作することになり彫刻家ロダンに依頼しました。ロダンは積極的に彼に関する作品資料を読み込み、彼の生家を訪れ、彼の体形に似た人物をデッサンし、予定の製作期間より長い7年間の歳月をかえて作品を仕上げました。

できあがった作品は寝巻きのガウンを着て書斎を歩き廻りながら小説のアイデアを考えている姿のバルザックでした。ロダンは深夜、闇の中に立ちつくし、闇を見つめひとり自問を続ける姿こそ本当のバルザックのそのままの姿という想いで制作しましたが、世間では「失敗作」と酷評され、優雅な姿のバルザックの像を期待していたフランス文芸家協会はその像を、バルザックの名誉を損なうとの理由で引き取りを拒否。引き取りを拒否された石膏像はしばらくそのまま彼の家に保管されました。しかし、ロダンの死後、弟子や友人の働きかけでロダンは数多くの人達に支持され、彼の功績は高く評価されました。バルザックの像はその後、1939年、パリ市民の募金によりブロンズに鑄造され、ラスパイユ大通りにブロンズ像が設置されました。

ロダンがバルザックの像を制作する過程は作家・吉行淳之介の父、日本のダダイスト詩人で小説家の吉行エイスケの小説「バルザックの寝巻姿」にも詳しく書かれています。

出典：日本バルザック研究会・バルザックホームページ

緑風舎 Wiki 書評 リルケ「ロダン」より

**のバーナード・ショー
70歳まで一日続く頭痛に悩まされていた**

アカデミー賞とノーベル賞を受賞した劇作家

バーナード・ショー（1856～1950）はシェイクスピア以来のイギリス近代演劇の確立者として有名なアイルランド出身の劇作家・評論家です。

1925年にはジャンヌ・ダルクを描いた「聖女ジョウン」によりノーベル文学



賞を受賞しました。

数々の戯曲を発表しましたが、中でもオードリー・ヘプバーン出演の映画「マイ・フェア・レディ」は彼の「ピグマリオン」をベースにして作られました。

「ピグマリオン」は映画化もされ、彼自身が脚本を担当して 1938 年アカデミー脚本賞も受賞しています。リチャード・ギアとジュリア・ロバーツの出演による映画「プリティ・ウーマン」は「マイ・フェア・レディ」を現代風にリメイクされたことでも有名です。

「いつも自分を磨いておけ。あなたは世界を見るための窓なのだ」

「しばしば結婚は宝くじに例えられる。しかしそれは誤りだ。宝くじでは時には勝つこともあるのだから」

「食物に対する愛よりも真剣な愛はない」

あなたが一番影響を受けた本は何ですかという質問に対して「銀行の預金通帳だよ」と答えた。

優れた戯曲を多く発表したバーナード・ショーですが、そのウィットに富む皮肉屋の文章や発言は「誰が言ったのかわからない格言は、それはきっとバーナード・ショーが言った格言だ」と言われている程、数多くの有名な格言や名言も残しています。

月一回の頭痛に悩まされ直後の皮肉なコメント

そんな彼は 70 歳になるまで丸一日続く頭痛に毎月一回の頻度で襲われていました。

ある日ショーは、北極探検で有名なノーベル平和賞を受賞したナンセンに会いました。 たまたま頭痛の発作がおさまった直後で、彼はナンセンに「頭痛の治療薬を見つけましたか？」と尋ねました。ナンセンは「ノー」と答えると、今度は「頭痛の治療薬を見つけようとしたことがありますか？」と尋ねました。この質問にもナンセンは「ノー」と答えると、「やれやれ、大変驚くべきことだ。誰も気にしてない北極点への到達に生涯をかけたのに、みんなが欲しがっている頭痛の治療薬を発見しようとしなかったとは…」といつもの皮肉で語ったそうです。

出典:横田敏勝著「漱石の疼痛、カントの激痛」より

⑧芥川龍之介 頭痛の前兆現象に悩んでいた晩年

若くして文学の才能を發揮

芥川龍之介は『羅生門』『鼻』『蜘蛛の糸』など数々の優れた短編小説を発表した日本を代表する作家のひとりです。文芸界でも有名な「芥川賞」は芥川龍之介の業績を記念して、友人であった菊池寛が 1935 年に「直木賞」とともに創設をした純文学の新人に贈られる文学賞です。



1915 年、東京帝国大学文学部英文学科在学中に代表作のひとつとなる『羅生門』を「帝国文学」に発表。友人の紹介で夏目漱石門下に入り、1916 年には『鼻』を発表し、漱石から絶賛される手紙をもらいます。

大学卒業後、海軍機関学校の嘱託教官となり英語を教え、その後は大阪毎日新聞社に入社、作家として創作に専念します。しかし神経衰弱、腸カタル、胃潰瘍などを病み、晩年は、「閃輝暗点」(せんきあんてん)と呼ばれる片頭痛の

ときに現われる前兆現象の視覚障害が起こり、症状が治まった後引き続いて始まる片頭痛に悩んでいました。

「閃輝暗点」は突然、視野の真中あたりにまるで太陽を直接目にした後の残像のような黒いキラキラした点が現れ、視界の一部がゆらゆら動きだし、物がゆがんで見えたり、目の前が真っ暗になったり、見えづらくなり、その後、みるみるうちに点は拡大し、ドーナツ状にキラキラと光るギザギザしたガラス片や、ノコギリのふちのようなもの、あるいはジグザグ光線のようなものが稲妻のようにチカチカしながら 30 分ぐらいかけて光の波が四方に広がり、無数の光輝く歯車のような点が集まり回転しているような現象が見える症状です。

小説で「閃輝暗点」を克明に表現

彼は遺稿の短編小説『歯車』の中で「閃輝暗点」の状況を詳しく書き記しています。

「僕の視野のうちに妙なものを見つけ出した。妙なものを？ —— と云ふのは絶えずまはつてゐる半透明の歯車だつた。僕はかう云ふ経験を前にも何度か持ち合せてゐた。歯車は次第に数を殖（ふ）やし、半ば僕の視野を塞（ふさ）いでしまふ、が、それも長いことではない、暫らくの後には消え失（う）せる代りに今度は頭痛を感じはじめる、—— それはいつも同じことだつた。」

芥川龍之介は、作品でこの歯車の「閃輝暗点」が幻覚だと思い、彼の母と同じように自分が発狂してしまったのではないかという不安の中でも客観的に「閃輝暗点」を表現していました。

1927 年 7 月 24 日彼が 35 歳の時、「ただぼんやりした不安」という理由の遺書を残し、服毒自殺をして生命を絶ちます。彼の命日は小説『河童』から取って「河童忌」と呼ばれています。

芥川龍之介がこの幻覚で眼科に診察に行った時、医者は節煙を命じていました。しかし担当医も芥川龍之介に「閃輝暗点」の症状を詳しくきちんと伝えていれば、少しは不安も解消ができて自殺をせずに新しい作品を執筆していたのかもしれない。

出典:フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』

『青空文庫』芥川龍之介『齒車』

👤パブロ・ピカソ
革命的な画法は頭痛から!?

「20世紀を代表する芸術家」で「最も多作な画家」だったピカソ



その独特の描写が印象的で「20世紀を代表する芸術家」に必ず名前が挙がるパブロ・ピカソ。

彼は生涯におよそ1万3千500点の絵画、10万点の版画、3万4千点の挿絵、300点の彫刻を制作し、ギネス・ワールド・レコーズ（ギネスブック）に「最も多作な画家」として掲載されています。聖人や縁者の名前を並べられて名付けられた彼の長い名前は有名で洗礼名は「パブロ、ディエゴ、ホセー、フランシスコ・デ・パウラ、ホアン・ネポムセーノ、マリーア・デ・ロス・レメディオス・クリスピーン・クリスピーアーノ・デ・ラ・サンティシマ・トリニダード・ルイス・イ・ピカソ」と言います。

画家として活動を始めたピカソは、はじめは父方の名字「ルイス」と母方の

名字「ピカソ」を合わせた「パブロ・ルイス・ピカソ」と名乗っていましたが、ある時期故郷のスペインではありふれた父方の名字を省き、珍しかった母方の名字を残し、「パブロ・ピカソ」と名乗るようになりました。

1881年スペイン・アンダルシア地方に生まれたピカソは美術教師をしていた父の影響で小さい頃からその絵画の才能を発揮し、マドリードのサン・フェルナンド王立美術アカデミーに入学して宮廷画家を目指し絵画を学びますが、無意味さ感じて中退。その後、パリに住み個展を開きます。

この頃、彼の作品は青く暗い色調で人物を描いていたので「青の時代」と呼ばれています。ピカソは時代によって描くタッチが変わる作家としても有名で作品ごとに「○○の時代」と呼ばれており、その後は明るい色調の作品を描いた「バラ色の時代」、アフリカの彫刻に影響を受け、後に彼の代表的な手法「キュビズム」の発端となった絵画『アヴィニヨンの娘たち』を発表し「アフリカ彫刻の時代」、「キュビズムの時代」と変化していきます。

ピカソの絵と頭痛患者の描いた絵は同じ？

キュビズムとは、ピカソと友人の画家ジョルジュ・ブラックと共に創った画法で、それ以前の絵画の主流画法とされてきた一箇所の視点から描くものではなく、いろいろな角度から見た視点を1枚の絵の中に描き、立体的なものを平面的に表現したものを言います。彼の有名な作品「泣く女」や戦争の悲惨さを表現した「ゲルニカ」はまさにキュビズムを代表する作品です。

オランダ・ライデン大学のミケル・フェラーリ教授の学説によると、ピカソは片頭痛による視覚障害で、目や鼻、口が左右非対称の人物が登場する「泣く女」や「ゲルニカ」のようなタッチの作品を描くようになったのではないかとされています。

教授は、神経科医や美術史家に、あまり知られていないピカソ作品と片頭痛で悩む患者が描いた絵のスライドを見せて、どちらがピカソが描いた絵かを当

てもらいましたが、どちらも似たタッチの絵でかなり選択に混乱があったと言われています。

ピカソ本人が片頭痛を患っていたという文章や記録は残っていませんが、フェラーリ教授によれば「視覚異常が起きる極めて特殊な片頭痛だったので見過ごされたのかもしれない」という見解をしています。

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』、『頭痛大学』



①ルイス・キャロル
病名にもなっている「不思議の国のアリス」!?

様々な分野で活躍していたルイス・キャロル



懐中時計を持った白いウサギを追いかけて不思議な世界に

迷い込んだアリスが繰り広げる様々な出来事を書いた『不思議の国のアリス』。世界中の多くの人々に読み続けられているこの作品の著者ルイス・キャロル。彼は作家だけではなく数学者、論理学者、また写真家としても認められていて様々な分野で活躍をしていました。

1832年1月27日 イギリス・チェシャー州のダズベリで牧師の総勢11人兄弟の長男として生まれ、1850年にオックスフォード大学クライスト・チャーチ・カレッジへ入学。在学中、特別研究員に任命され、卒業後は母校で数学の講師をしていました。

1862年7月4日、当時の学寮長をしていた古典語学者ヘンリー・リデルの三姉妹ロリーナ、アリス、イーディスと友人のロビンソン・ダックワースとボート遊びをしていた時に即興で作った物語が『不思議の国のアリス』の元になっています。この作り話が作品のモデルになった次女のアリスに気に入られて絵本にすることをせがまれ、1865年にジョン・テニエルの挿絵が入った絵本『不思議の国のアリス』が出版されました。

彼の本名はチャールズ・ラトウィッジ・ドジソンと言いい、「ルイス・キャロル」の名前は執筆活動のペンネームで本名の「ラトウィッジ Lutwidge」と「チャールズ Charles」をラテン語「Ludovdcus」「Carolus」に直してもう一度英語に直したペンネーム「Lewis Carroll」が誕生しました。彼はその後、ルイス・キャロルの名前で続編の『鏡の国のアリス』や、『スナーク狩り』、『シルヴィーとブルーノ』などを発表、また本名のチャールズ・ドジソンとしても、数学や論理学の著作を数多く発表しています。

アリスのような感覚になる症状

『不思議の国のアリス』の中でアリスはビンの中の液体を飲んで身体が大きくなったり小さくなったり不思議な体験をします。医学界では、視覚には障害がないのに自分の身体の一部や全体が大きくなったり小さくなったり、近づい

たり遠ざかったり見えたりする感覚や、時間の進み具合が早くなったり遅くなったりする主観的な感覚異常を 1955 年に精神科医トッドによって「不思議の国のアリス症候群」と命名されています。この症状が続く人はいつも片頭痛を持っていたり、脳炎、てんかんの患者、薬物（LSD）使用者などに多く見られています。

ルイス・キャロルがこの症状の経験を元に『不思議の国のアリス』を執筆したとも言われていますが、彼は毎日いつも細かく日記を書きつけていて、最初の片頭痛発作が起ったのは、『不思議の国のアリス』が出版されてから 20 年後に起こったと思われます。それより以前の発作について彼が日記に記載しないままにいたとは考えられないので、「片頭痛と作品の執筆」を結びつける証拠はほとんどありません。いずれにしても、6 年間にわずか 5 回、芥川龍之介が悩んでいたものと同じ「閃輝暗点」（せんきあんてん）の発作しか記されていなかったのも、やはり『不思議の国のアリス』はボートの上でリデル三姉妹に聞かせるために彼が即興で作った楽しい寓話だったのかもしれませんが。

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』、『頭痛大学』、『The Rabbit Hole』、『Underground Residents』

⑪フィンセント・ファン・ゴッホ 独特の表現は頭痛の苦しみを訴えていた!?

凄惨な人生だった生涯はまさに「炎」!

生前はたった 1 枚の絵しか売れませんでした。死後に芸術性が高く評価され、最近ではその作品がオークションなどで高額な金額で競り落とされることも話題にもなる 19 世紀の絵画界の中で最も有名な画家・フィンセント・ファン・ゴッホ。彼はその情熱的な独特の



画風と、エキセントリックな行動で「炎の画家」「情熱の画家」とも呼ばれています。

ゴッホは 1853 年 3 月 30 日にオランダで生まれ、父は牧師でしたが子どものころから性格が激しく頑固で気むずかしい性格をしていました。若いころには美術商で成功した伯父の紹介で画商として働いたり、伝道師をしていましたがどれも長続きはせず、その後デッサンを勉強して 27 歳で画家になります。

彼は画廊の支配人で、家族の中でただ一人の彼の理解者だった弟のテオを頼りにパリに移り住み絵を描き続けました。当時のパリは「ジャポニズム」が流行していてゴッホも浮世絵に夢中になり、模写や浮世絵独自の色彩や遠近法を取り入れた作品を描いていました。

35 歳の時にゴッホはフランスのアルルに移り住み、滞在した 15 ヶ月の間に、「ひまわり」「夜のカフェテラス」「アルルのはね橋」など彼を代表する黄色を基本とした作品を描き上げています。アルルに住んだ彼は友人の画家のゴーギャンと共同生活をして絵画を制作していましたが、絵画への取組みの違いと彼自身の激しい気性から、ある日ゴーギャンに「自画像の耳の形がおかしい」と言われたゴッホは自分の耳たぶを切り落とし、女友達に送り付ける奇行をおこし、サン・レミ・ド・プロヴァンスの精神科病院に入院してゴーギャンとの共同生活は 9 週間程度で終わります。入院中彼は「星月夜」「糸杉」などの作品を描き、この頃からゴッホの作品には、独特の「うねり」や「よじれ」が表現されるようになりました。

1 年間の入院生活を過ごし、彼はパリ郊外のオーヴェル・シュル・オワーズで療養生活を始め 70 日間で 60 枚を超える油絵を製作しますが、1890 年 7 月 27 日に家の中で自分の胸に銃を向け自殺をしました。

まさに彼の 37 年の人生と 10 年間の画家人生は「炎」のような一生でした。

頭痛に悩んだことが表われている晩年の作品

ゴッホは画家を志してから 10 年という短い画家人生の間に、油彩約 900 点、素描約 1100 点を制作しましたが、彼の絵画の特徴は絵の具を塗るというより絵の具を盛るタッチが有名です。

また作品で黄色を多く使った作品が多く、すぐに黄色の絵の具がなくなっていたので、弟のテオに手紙を出す時はいつも「黄色の絵の具を買ってきてほしい」と書かれていたほどでした。

彼はいつも頭痛に悩み、その原因が激しい気性の精神障害と言われて頭痛は悪くなる一方だったので、晩年の「ローヌ川の星月夜」「星月夜」などの作品は、星が放射状に光線が出てとりまいていたり、空や雲がうねりうずまき、木の生え方がうねっていたりなど頭痛に悩まされていたことを絵画で表現しているといわれています。

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』、『頭痛大学』
『オランダアート倶楽部 / オランダ政府観光局』、『19 世紀絵画教室』

⑫チャールズ・ダーウィン 頭痛に悩みながら「進化論」を発表

船酔いと頭痛に悩んだ 5 年間の航海



19 世紀半ばに今までにない生物の進化論についての論文「種の起原」を発表し、進化論の創始者として知られているイギリスの自然科学者チャールズ・ダーウィン (1809 ~ 1882)。

偉大な功績を残した彼ですが、頭痛にはいつも悩まされていました。

小さい頃から博物学者だった祖父の影響で昆虫採集など博物学に興味があったダーウィンは、ケンブリッジ大学を卒業後、恩師の紹介で南アメリカ大陸を測量するイギリス海軍のビーグル号に乗船し、世界中植物や動物を観察して博物学の調査をすることになりました。そこで立ち寄ったガラパゴス諸島で生態

環境によって行動や形態の違うゾウガメやイグアナを観察し、後に発表する「進化論」のきっかけになりました。

5年の歳月をかけて世界一周をしたビーグル号での航海は、小さい船舶に大人数が乗船していましたので、快適な航海とは言えませんでした。ダーウィンはいつも船酔いと頭痛に悩まされ、彼の著書『ビーグル号航海記』では頭痛で2日間寝込み、塗り薬や豆・葉をこめかみにつけて頭痛治療をしていたことが記されています。

帰国後、体調の悪いなが「進化論」を確信

帰国後、航海で集めた資料を整理して研究をしている時、ガラパゴス諸島で捕獲をしたフィンチという鳥で、くちばしの形や大きさが違うものが何種類もあることを鳥類学者から知らされ、ガラパゴス諸島のそれぞれの島でゾウガメの甲羅の形や模様が違ったり、同じイグアナでも生息場所によってはサボテンを食べていたり、海に潜って海藻を食べていることを思い出した彼は「進化論」を確信しました。そのような中、彼は頭痛や胃腸の悪い状態が続き体調が悪く、本人は長い航海での船酔いのせいだと思っていました。

当時、彼が結婚前の婚約者エンマ・ウェジウッドに宛てた手紙には、「もっと楽しもうと思っていたのに、ロンドン滞在のおわり二日間はひどい頭痛のためにつらいものになりました。頭痛はまる二日間も続き、こんなときに結婚してよいのか迷うほどでした」と結婚を迷うほど、ひどい頭痛に悩んでいました。

ダーウィンはガラパゴス諸島の動植物を観察・研究してついに、自然環境による「自然選択」と特徴的体質を次世代に引き継がれる「性選択」による「進化論」をまとめました。

しかし、当時のイギリスでは宗教的価値観が強く、進化という考え方はなく「神が全ての生物を作り出して以来、生物は不変である」と言われ続け、宗教

界では彼の「進化論」の考えは神を冒瀆する危険な思想だったのです。

反論していたイギリス国教会に埋葬

ダーウィンは論文発表後に起る反論を想定して、フジツボやマツヨイグサの観察を行い 20 年の長い歳月にわたってまとめた進化論がいかに正しい論文かしっかり証明ができるように病気や頭痛に苦しみながらも研究を重ねていました。

ある時、ウォレスという学者からダーウィンに意見を求めるための論文の原稿が届き、そこにはダーウィンの進化論に近い内容が書かれていたためダーウィンは急いで自分の論文をまとめ、ウォレスと共に進化論を発表し、1859 年『種の起源』という進化論の論文を出版しました。予想通り宗教界では反論が起りましたが、「進化論」の正しさの証明が認められ、1871 年には『人間の由来と性選択』を出版し、『種の起源』では触れていなかった人間の進化についての論文を発表しました。

1881 年ミミズに関する論文発表を最後に 1882 年死去。このころにはイギリスを代表する偉大な科学者として認められ、歴代の王や女王、政治家などが多く埋葬されている、以前は進化論に反論していた宗教界を代表するイギリス国教会ウエストミンスター寺院に埋葬されました。

頭痛の悩みをかかえながら長年観察・研究を続けられたのは、信念を持って自分の論文を発表することを目標としていたことが精神的な頭痛薬になっていたのかもしれない。

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』、『頭痛大学』

09曹操 自分の頭痛の主治医を拷問死

今なお絶大な人気の三国志の武将たち



今から約 1800 年前の中国は、後漢末期から西晋時代になるまでの魏・呉・蜀の三国が天下統一を戦っていた戦国時代でした。

当時を描いた歴史小説「三国志」は、日本でもビジネスマンの中で「部下に読ませたい本」でも上位に選ばれ、この時代を題材としたゲームソフトも人気になり、最近では曹操軍と孫権・劉備連合軍の合戦・「赤壁の戦い」を題材にした映画『レッド・クリフ』も公開。

その人気はどれだけ三国志のことを知っているかを検定する「三国志検定」もあるほど三国志時代に活躍した武将たちは今でも多くの人に愛されています。

天下統一を目指した曹操

「赤壁の戦い」で孫権・劉備連合軍と戦った曹操（そうそう）（155-220）は、若い頃から頭角を現し、後漢時代に君主を補佐した最高位の官吏になりました。黄巾の乱討伐などの活躍により曹操の名前は全国に知れ渡り、彼の元には多くの知識人や武将が集まって、その勢力は拡大し中国全土の 2/3 になり三国時代の魏の基礎を作りました。

中国の小説『三国志演義』の中では曹操は、天下を取るため自分本位な冷血行動などが強調され悪役として描かれていましたが、日本では吉川英治や北方謙三の小説『三国志』の中で曹操が主役として描かれています。また武将としてだけでなく曹操は文人として『孟徳新書』という孫子の兵法書の注釈を書き残し、また詩人として数多くの作品を残し、三国志時代の武将たちの中でも人気が高く支持されています。

戦に負け、頭痛に悩む曹操

曹操は 208 年、南部を支配し、天下統一を目指した「赤壁の戦い」で孫権・劉備連合軍に大敗、その後、219 年、劉備と漢中の覇権を争い激突。「定軍山の戦い」で、いとこの夏侯淵を失い、さらに自分も矢を受け負傷し退却。漢中を劉備に奪われました。

このころから曹操は頭痛に悩み、当時の中国の名医の華佗（かだ）を召しかかえ主治医として診察を受け、鍼灸などで頭痛の治療を行っていました。しかし華佗は自分が学識のある官僚として待遇されず、まだ当時は社会的地位が低かった医者としてしか曹操に見られないことを残念に思い、医書を取りに行くと言って故郷に戻り、二度と曹操の元に戻ってきませんでした。曹操はこれを怒り華佗を投獄し、拷問の末に殺してしまい頭痛の治療ができないまま 220 年、病が悪化し天下統一の夢半ばで病没してしまいました。

もし、曹操が華佗を手厚く待遇して、頭痛を治してもらっていたら三国志の歴史も変わっていたのかもしれませんが。

出典: フリー百科事典『ウィキペディア (Wikipedia)』、『頭痛大学』

ソナタ第 2 番に聴くショパンの片頭痛発作

大音楽家フレデリック・ショパンは、大変な片頭痛もちでした。16 歳の時に友人にあてた手紙では、「頭が痛いので、鉢巻をして掛け布団の下にいる」と書かれています。きっと、光過敏、音過敏があったのでしょう。その後も片頭痛発作は、度々彼を襲ったはずです。有効な治療法がなかった時代ですから、

毎回布団の下にもぐって、発作の嵐が過ぎ去ってくれるのを待ちながら、ひたすら耐えているしかなかったのでしょうか。それはきっと、死ぬほどの苦しみだったはずです。

29歳の彼が書いたピアノソナタ第2番を聞くたび、私には、これが彼の片頭痛発作を描いたものと思えてなりません。何かわけのわからぬものに追いかけられるような不安を感じさせる第1楽章は、迫りくる片頭痛発作の予兆を思わせますし、そしてそれに続く第2楽章の、ただならぬほどあわただしいリズムは、ついに発作の到来が避けられなくなったことを悟った時の、恐怖感の表現ではないでしょうか。でもそこに、多少諦めにも似た静けさが交差します。そして有名な葬送行進曲から成る第3楽章のリズムは、拍動性の頭痛の下で、死んだように横たわっているしかない、哀れなショパンの姿を見せてくれるもののように響きます。重々しい頭痛のリズムに挟まれたトリオの悲しい調べは、片頭痛発作の巨大な嵐が過ぎ去ることを待つしかないショパンの歎きの歌なのでしょう。しかし、冷酷な頭痛は、彼の歎きを無視するかのように再び襲ってきます。さて、何とも曖昧模糊たる第4楽章は、頭痛が収まった後の朦朧とした彼の後症状の表現なのではないでしょうか。何が何だかわからないままに過ぎ去っていった片頭痛発作は、不安感だけを残します。決してこれで終わりではないこと、発作は必ずまた彼を襲うはずだということを知っているショパンにとって、頭痛の終わりは、病からの開放を意味するものではなかったのです。

このソナタは、死への恐れの実現と言われますが、その死とは、肺結核による死ではなく、片頭痛発作で繰り返された死ぬほどの苦しみを意味していたのではないかと、私は思うのです。

東京女子医科大学 名誉教授 岩田 誠

木戸孝允の片頭痛

木戸孝允（1833～1877）は若い頃、桂小五郎と言ひ、西郷隆盛、大久保利通とならんで明治維新の三傑と呼ばれます。西郷隆盛とともに薩長同盟の中心となり、



維新を実現した人物として有名です。しかし、維新後の活躍については、西郷隆盛、大久保利通と比較して影が薄いといわざるを得ません。資料を紐解くと、晩年もひどい片頭痛に悩まされ続けたために、次第に気力が失せたことが推測されます。

彼の足跡を記載した「松菊木戸公傳」には、明治2年（36歳）の東京遷都の際に、岩倉具視らに促されながらも京都を出立できない理由として、「持病のため体調不良で、しばらく閑地で静養したい。持病は『脳痛暴発』することで、発作時には蝨 150、60 匹に血を吸わせ、ようやく一時しのぎをしている」という記載があります。

また、自ら記録した「木戸孝允日記」でも、明治2年（36歳）「4月19日深夜に激しい頭痛が起こり、眠れなかった」。明治6年（40歳）に「9月16日、夕方より激しい頭痛が起こり、乗っていた人力車が石に触れたとき頭に響いた。9月17日12時、馬車を下りる時、左足の動きが悪いことに気づいた。9月18日と19日、夜3時頃より頭痛が始まり、3時間しか眠れなかった」など、頭痛の記述が続きます。これに対して、政府はボードウィン、ホフマン、司馬良海、長興専齋など、当時の最高位の医師を派遣していますが、過労から来るものだろう、との診断でした。

現在では彼の頭痛が片頭痛であることは確かですが、途中の「左足麻痺（左片麻痺?）」の記載が気になります。「片頭痛性梗塞（片頭痛発作に伴って起こ

る脳梗塞)」や「片麻痺性片頭痛（一過性の片麻痺を伴う片頭痛）」という状態もありますが、これ以上詳しい分析はできません。

いずれにしろ、木戸孝允が維新後も片頭痛に悩まされ、病名も分からず、有効な治療法もないままに、期待された活躍もできず明治 10 年 44 歳で死亡した（胃がんと考えられている）ことは、山口県人として残念です。

地域医療支援病院オープンシステム徳山医師会病院 院長 森松 光紀

「ゲルソンの食事療法」

マックス・ゲルソン博士は、1881 年 10 月 18 日、ドイツのウオンゴロピツで、ドイツ・ユダヤ系家族の次男として誕生しました。

医大生となったマックス・ゲルソンは、とてもひどい片頭痛に悩まされ続けていました。

研修医となった時期、この頭痛はあまりにも難治で頻繁だったので、彼は週に 3 日は暗い室内に閉じこもり、吐き気と嘔吐、目の過敏症、そして頭蓋骨が割れるようなひどい痛みを耐えながら過ごさなければなりませんでした。

彼は、教授たちに助言を求めましたが、彼らにも助ける術はなく、「病気とうまく付き合っていくことを学ぶべきだ」と言われてしまいました。

マックスは、こんなひどい苦しみを我慢できないと感じ、自分自身で答えを見つけるほかないと決心したのです。



沢山の書物と医学論文を読みあさり、その道の権威たちの意見を聞きましたが、何の方向性も見つかりませんでした。

最後に、彼は「イタリアン・メディカル・ジャーナル」誌に載った症例報告に目を見張りました。

それは、片頭痛に悩んだ女性が、” 食事を変えること ” で救いを見いだしたというものでした。その報告は詳細にはふれていませんでしたが、その着想が彼を後に「ゲルソン食事療法」として有名になる食事療法へと導いたのでした。

彼を襲ってくる吐き気と嘔吐を伴う激しい痙攣は、自分が消化できないある種の食べ物に原因があると、若き医師は結論を出しました。

さて、その食べ物とはいったい何なのか？

はじめ、彼はこう考えました。すべての乳児は牛乳を消化できる。

自分の体は、それをうまく消化できないのではないか。そこで彼は、牛乳抜きで10日間を過ごしてみました。

しかしながら、片頭痛は何の改善もみせませんでした。

次に、彼は動物は成長したら乳を飲まなくなると思い至ります。

さらには、人間の肉体的な構造は草食動物のそれと同じであると考えついたのです。

そこで、マックスはこう考えました。おそらく、果物、野菜そして穀物で生きるべきであると。

彼は、まずリンゴだけのダイエットに挑戦しました。

生、そして焼きリンゴ、リンゴのソース、リンゴジュース。リンゴの砂糖煮。

その結果は上々で、全く片頭痛が起こらなくなったのです。

その後、彼はゆっくりと、ある食べ物、次に別の物をと試していき、リンゴ以外の食べ物を付け加えていきました。

彼の体にとって合わない食べ物があれば、20分もしないうちに片頭痛の形をとる過敏な反応が襲ってくるというわけです。

さらに進んで、マックスは調理された食べ物からの感受性を試してみました。

その結果、本当の原因は調理の過程にあるのではなく、むしろ塩の添加にあるのだという仮説を立てるのです。

こうして、自分の食事から塩を抜くことで、マックスは調理した食べ物だけ

でなく、どんな種類の野菜もジャガイモも、その他穀物も食べることができるようになったのです。

この片頭痛から自らを解放してくれた新しい食事プログラムを、彼は「片頭痛ダイエット」と命名しました。

それは、新鮮な果物と野菜を大部分は生のままだが、時には調理して、しかも全体としては塩抜きで摂取する方法でした。

こうして、ゲルソンは「塩は食事と結びつくことで病気の原因になっている」と判断したのです。

やがて、片頭痛を訴える患者たちが彼のもとを訪れるようになります。

教科書に則った治療法ではありませんでしたが、ゲルソンは自分が開発し、追体験をした片頭痛ダイエット、つまりは塩抜きの食事をするまで自分は片頭痛に苦しんできたことを公表したのです。

そして、患者たちにも同じことをするように奨めました。

そして、ゲルソン博士はこれらの患者の高血圧、喘息、アレルギー、腎臓病、関節炎、動脈硬化などなども良くなっていることに気づきました。

かくして、ゲルソン博士はあらゆる慢性疾患にこの食事療法が有効であると確信したのです。さらにこのことは、彼が患者の抱える症状ではなく、病気の根本から治していることを意味していたのです。

1928年、ゲルソン博士は助かる見込みのない3人のガン患者に対してゲルソン食事療法を行いました。すると、ゲルソン博士でさえも驚くようなことが起こったのです。3人全員が回復したのです。

