

こころ、からだ、いのち

中野 重行

大分大学名誉教授
大分大学医学部 創薬育薬医療コミュニケーション講座 教授

連載②

最先端医療と自然治癒力を高める 医療の統合

客観的で科学的なエビデンスと個人の主観的な生き方の調和を求めて

●科学的な基本を身につけておく必要性

「物理学はすべての法の前にくる。物理学には私どもは従うしかないのだ！」と熱く語ったのは、米国カリフォルニア大学バークレー校の物理学のリチャード・ムラー教授でした。NHKのEテレで今年たまたま観た番組「バークレー白熱教室：大統領を目指す君のためのサイエンス」の中でのことです。ムラー教授の授業の模様を伝えるこの番組の冒頭では、米国政府の筆頭顧問を務めた経歴のある人気教授だとの紹介がありました。

地球上に住む私どもが重力の法則には逆らえないように、大統領になるような重要な政策を決めなければならない立場の人間は、物理学に関する重要な科学的データ（この授業では原子力発電に代わる代替エネルギーに関する科学的データのこと）に関する基本を頭に入れた上で、政策を決定する必要があるとのメッセージを学生に語っていました。気分だけで、あるいは自分の信念だけで多くの人たちの生活の基盤になるエネルギー問題に対処することのないようにしなければならない。そのためには、前提となる科学的な数値

を身につけておく必要があることを、学生が感じ取れるような授業でした。

カリフォルニア大学バークレー校は、筆者が若い頃留学していたスタンフォード大学から車で高速道路を1時間ほど走ったところにある長年にわたるライバル校であり、ともに米国の西海岸にある世界屈指の名門校として名を轟かせています。多数のノーベル賞受賞者を輩出しているだけでなく、オリンピックでのメダル獲得者も多い大学です。

留学中に何度もキャンパスを訪ねており、懐かしかったこともあり、講義内容とその授業の雰囲気引き込まれて最後まで観ていました。原発に代わる代替エネルギーについて、米国の大統領、あるいはカリフォルニア州知事のような行政の責任あるポジションに就いた際に、これだけは知っておかなければならないという代替エネルギーに関する基本的な数値が、ふんだんに出てきました。太陽発電、風力発電、火力発電、バイオ燃料発電、地熱発電、天然ガスや核融合による発電などについて、その現状と将来の可能性を語り、学生に問いかけながら一緒に考えるスタイルの授業でした。

以前、同じEテレで放映されて話題になった「ハーバード大学白熱教室：JUSTICE 正義とはなにか？ 公正とはどういうことか？」（マイケル・サンデル教授の哲学の授業）とは異なって、テーマがサイエンスの領域にあったため、違った意味で新しい刺激があったのです。そこで、このテーマを医療の世界に置き換えて考えてみると、どのようなことになるでしょうか？ 今回は、この点を話題にしてみたいと思います。

●「逆らえないものには従う」ということ

医療においても、自分の感情や信念に固執するの

ではなく、逆らえないものには従うほうが賢明なのです。逆らえないものは、生命現象の基本的な法則（たとえば、自然治癒力など）と科学的エビデンスです。一方、個々の患者は、どのようにしたいか、あるいはしてほしいかという自分自身の思い、自分のいままで過ごしてきた生き方を、それぞれが持って生きています。病気（たとえば、がん）になったことはもちろんのこと、医療の中で医師からいくつもの治療法の中から選択を求められるという局面で、患者には揺るがぬ心がしばしば生まれます。医療者にとっては、科学的エビデンスはとても重要なことです。しかし、患者は自分を主人公にした物語の中で生きてきたわけで、医療者から提示されるエビデンスに関する情報を、自分自身の物語の中にどのように取り込んでいけばよいのか、直ぐには決められなくて、迷う患者も多いのです。

筆者は2年余り前（2011年春）から、縁あって九州南端の指宿市にある「メディボリスがん粒子線治療研究センター」に毎月1回お手伝いに行っております。わが国におけるこの領域の第一人者である菱川良夫センター長の下で、「がんの最先端治療」が進められています。筆者はがんの診療については素人なのですが、専門にしている心身医学の面から参画しています。この医療施設は、本シリーズのテーマとして挙げた「こころ、からだ、いのち」という3つのキーワードそのものを大切に医療の実践を目指しています。この風光明媚な環境に恵まれたがん治療施設で、統合医療を専門にされている元外科医の原田美佳子先生と一緒に「響き合いトークセッション」を毎月開催しています。参加者は、粒子線治療のため指宿に滞在されているがん患者とその家族の方が中心です。

「がんは究極の生活習慣病である」といわれるように、遺伝的な要因だけでなく、生活習慣が大きく関係

しています。そこでトークセッションの話題は、当日参加された方々の抱えておられる問題意識に焦点を当てて、毎回異なるものになります。これまでに取り上げられた話題は、病気と健康、がんライフスタイル、いのち・こころ・からだ、ストレスとそのマネジメント、生きる意味など多岐にわたっています。健康のために役立つ生活習慣としてキーになることとしては、たとえば、食事（摂取カロリーと栄養素のバランス・食事内容）、運動（身体を動かすこと、歩くこと）、生活のリズムとバランス、生きがいを見出した生活、新しいことへの興味と創造、笑いやユーモアのある生活、感謝のある生活、などが挙げられます。

●これからの生き方と医療のあるべき姿

この施設を受診したがん患者の方々のように、最先端医療の恩恵を受けつつ、いままでの自分の生き方を見直して、ライフスタイルをよりよいものにして自然治癒力を高めていくというのが、これからの私どもの生き方と医療のあるべき姿のように思われます。

自分の患った病気について、最先端医療で治療が可能ならば恩恵として享受する。しかし、現代の医療ではどうしようもないと分かったときには、キッパリと病気と闘うことは諦めて、残された時間の味わいの方を変えることによって、充実した時間にしていくことが重要なことです。与えられた環境要因が変えられないとき、変えることができるのは自分のこころのあり方のほうだけなのですから……。

がん患者に限らず、移ろいゆく人生の四季の中で「人生の味わい方」が深化していくことこそが、私どもにとって何にも増して大切なことなのではないでしょうか。

なかのしげゆき 岡山大学医学部
卒。スタンフォード大学医学部臨床薬
理学部門に留学。大分医科大学臨床薬
理学教授、大分大学医学部附属病院長、
大分大学学長補佐などを歴任。大分大
学名誉教授。大分大学医学部創薬育薬
医学教授、国際医療福祉大学大学院教
授を経て現職。日本臨床薬理学会名譽
会員（元理事長）、日本臨床精神神経
薬理学会名譽会員（元会長）、日本心身
医学会認定医・指導医、日本臨床薬理
学専門医・指導医、日本内科学会認定医、臨床試験支援財団理事
長、響き合いネットワーク連絡協議会理事長として、医療コミュ
ニケーションを学ぶ全国的なワークショップ（大分、岡山、東京、
長崎、山形、湯布院）の企画・運営に携わっている。
[http://www.med.oita-u.ac.jp/pharmaceutical_medicine/
index.html](http://www.med.oita-u.ac.jp/pharmaceutical_medicine/index.html)

