

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

言葉を尽くして語るよりも、簡潔な言葉で言い表しているが、まさに本質をついていると思われるような表現が、世の中にはいくつもあります。本稿で取り上げる「築城三年、落城三日!」もその一つです。雄大な城を築くためには、長い年月と多くの人たちの大変な努力が必要となります。しかし、そのようにして建造された城が落ちるときは、意外なほどあっけないものだという現実を、人間の「信頼関係」のたとえとして使ったものです。これをさらに強調した「築城十年、落城一日」という表現もあるようですが、「築城三年、落城三日!」の方が語呂もよく、筆者はこれを愛用しています。

●心身症外来の開設

平成元(1989)年に筆者が大分医科大学(現:大分大学医学部)の臨床薬理学講座の教授として赴任して以降、大学病院に設置されている臨床薬理センターの中に、「心身症外来」が設けられるようになりました。臨床薬理センターは、臨床各科を受診している患者の薬物治療が、より有効かつ安全に、つまりより効果的に行われることを支援する部門です。したがって、血中薬物濃度を測定しながら、合理的薬物治

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誉会員(元理事長)・専門医・指導医、日本臨床精神神経薬理学会名誉会員(元会長)、日本心身医学会功労会員・認定医・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)の企画・運営に携わっている。
http://www.med.oita-u.ac.jp/pharmaceutical_medicine/index.html



療が遂行されるように支援していました。いわゆるTDM(治療的薬物モニタリング:Therapeutic Drug Monitoring)ですが、抗てんかん薬、抗そう薬、心不全治療薬、抗菌薬、免疫抑制薬などの治療濃度域の狭い薬物について、薬剤師と協力して行っていました。この合理的薬物治療を追求する仕事は、臨床薬理学の中核に位置する役割だと認識していました。

当時の大学病院に心身症を診療する医師がいなかったとはいえ、学長と病院長に心身症も診てほしいと言われたときには、正直言って戸惑いました。しかし、若い頃から心身医学を専攻していて好きな領域だったので、結局は「心身症外来」という形で、最初は医師は筆者一人だけでしたが、診療を開始しました。「心身症の患者を診る医師が大学病院にはいないので、中野先生が臨床薬理学をしながら、心身症患者の診療もしてくれれば、患者も学生も喜ぶと思うよ!」と当時の学長に言われたのが、まさに筆者にとっては殺し文句でした。そこで、臨床薬理学領域の仕事しながら、心身症の診療も行うようになったのです。これがその後、医療コミュニケーションの領域の仕事に力を注ぐようになる呼び水になりました。そのうちに、臨床心理士が加わり、心身症を専門とする医師も加わり、心身医学を学びたいという卒業生が次々と大学院生として入局してくれて、一時期、大分における「心身症センター」のような様相を呈していました。新GCPになった1998年頃からは、この臨床薬理センターの中に、治験外来である「創薬育薬クリニック」を設置して、各診療科に治験用の診察室として開放しました。

●未来の医学は目の前の患者の中に

「心身症外来」を受診する患者の訴える症状や患者が語る物語は、現代社会の断片であって、

連載⑦

信頼関係の本質を表す言葉： 築城三年、落城三日!

すべての人間関係の基盤となる「信頼」の大切さとともさ



心身症患者という窓を通して現代社会を覗いているような気がしていました。職場や家庭での人間関係のストレス、介護のストレスや老老介護など、現代社会の諸問題が、心身症患者の症状に色濃く染めてくるのです。「心身症外来」を受診する患者は、抗不安薬や抗うつ薬の適応のある患者が多く、筆者の専門としてきた向精神薬のまだ使用されていない種類のものを使ってみたり、抗不安薬と抗うつ薬の使い方(投与量・投与間隔・投与方法など)を工夫したりして治療してきました。しかし、紹介されて受診する患者の中には、すでに臨床各科で種々の薬物が使用されたにもかかわらず、これが効くという薬物が見当たらない患者も多いのが実情でした。したがって、患者の語る話に耳を傾けるしか方法のないこともしばしばでした。ところが、実は、話をよく聴く(傾聴)という行為は、心身症では強力な治療になることが多いという印象を持ちました。この経験から、本シリーズの7回目に記した「聴くは効くに通ず」という言葉が誕生したのです。患者の語る話をよく聴いていると、患者自身が自分どころの整理をするのに役立つ、病状が回復してくるので、話を聴いている筆者も患者の語りから学ぶことがたくさんありました。私どもは、教科書で医学を学び始めるのですが、実際の臨床の現場では患者から多くのことを学びます。まさに「教科書に書かれた医学は過去の医学であり、未来の医学は目の前の患者の中にある!」という感じがします。

●「感性」「誠実さ」「勇気」

このような心身症患者の語りの中で、経過が良く病状が回復した後、気持ちにゆとりが出てから振り返って、自分の病気について語るのを聴くのは、楽しい時間を共有することでもありました。この

ような、いわば脇道にそれて語ってくれた患者の言葉の中に、いま思い出しても素敵だと思える言葉が沢山あります。「築城三年、落城三日!」という言葉は、このような場面で、ある中年の女性患者が語ってくれた言葉だったのです。

話をしようとするとき、自分がこれから語ろうとしている話の内容に、自分の注意を向けるのは当然のことですが、相手にとっては、話している人が信頼できそうかどうかということが、とても大きな関心事なのです。したがって、話す人の態度や雰囲気は、とても重要です。話の「内容」に対して、話の「文脈」のようなものがとても重要だということなのです。このことを、人物を描いた絵画でたとえると、描かれた人物を生かすも殺すも背景次第である、という感じですが、描かれた人物が、どのような背景のなかに描かれているかによって、印象が全く異なってしまうわけです。したがって、何事においても、事が成るためには、信頼関係が強力な背景になるわけです。

このような信頼関係を築き上げるためには、長い間の努力の積み重ねが必要です。しかし、長年かけて出来上がった信頼関係といえども絶対的に不動のものではなくて、不注意な言葉や行動によって、一瞬にして崩れ去ることになりかねないということなのです。そして、出来上がっていた信頼が壊れた際には、改めて信頼関係を回復するには、前にも増して努力が必要になります。創薬育薬の営みの中では、「築城三年、落城三日!」を地で行く例は、結構多いのではないのでしょうか。

ここで、信頼関係を築く際に重要となるキーワードは、空気が読めて人間の気持ちの動きに気づく「感性」、気づいたことをネグレクトしてしまわない「誠実さ」、さらには、気づいたことを言動として表す「勇気」だと思います。