

あなたといきいき ノーバビータ

NOVA VIDA

明るい人生、楽しい人生にしましょう!

7号

特集 座談会「統合医療の今後の展望」

を食べ、苦しまずに逝った父——中西医結合医療の可能性を信じて——
を話題のきっかけに、黒岩さんの巧みな司会進行で、統合医療に対する日本と海外の認識の違いや、これからの医療に薬剤師の活動が期待されることなど、興味深く充実した話し合いの場となりました。

また、第2部の立食スタイルの懇親会では、水上先生が「市場には本当に良い健康食品がある。それを選び、豊かな医療のために役立ててほしい」と、統合医療実践者として健康食品のすすめを述べ、参加者間で歓談を広げました。



去る5月19日、NPO法人気血水研究会主催による座談会「統合医療の今後の展望」が開催されました。パネリストは、報道番組や医療問題などでご活躍のTVキャスター・黒岩祐治さん、統合医療と健康学の第一人者である健康増進クリニック院長・水上治先生、長年にわたるキノコの研究で知られる東京薬科大学教授・大野尚仁先生の3人です。

黒岩さんの近著『末期ガンなのにステータキ』

開催概要

- 主催:NPO法人 気血水研究会
- 日時:2009年5月19日(火)
 - ①座談会 18:30~19:30
 - ②懇親会 19:40~20:30
- パネリスト:(司会)黒岩祐治、水上治、大野尚仁
- 会場:東京ステーションコンファレンス 402A

事務局からご報告

気血水研究会理事長

天野暁(劉影)先生が 東京大学「食の安全研究センター」 特任教授に就任!!



NPO法人 気血水研究会の理事長である天野暁(劉影)先生が、平成21年4月、東京大学「食の安全研究センター」の特任教授(リスク評価科学部門-全身健康影響評価分野)に就任されました。

先生は、中国国立中薬大学卒業後、WHO試験合格により来日。米国カリフォルニア州にて東洋医学の資格を取られた後、順天堂大学医学部で医学博士号を取得し、東洋医学と西洋医学の結合により未病と生活習慣病予防の研究・開発に携わり、多くの実績を上げてこられました。近年では、現代女性の生涯に関わる未病医学、アンチエイジングの研究開発や情報発信、漢方文化の普及に力を注ぎ、注目されています。

今回の就任は、先生のこうした実績と資質・才能が、食の安全に関する研究の最前線である同センターに高く評価されたからだと言えます。新たな重職を得た先生の今後のご活躍がますます期待されます。

■「食の安全研究センター」とは

食を介するさまざまな健康危害の原因については未だに謎が多く、その解明が急がれています。また、健康増進を促す食の開発研究にも大きな期待がもたれています。食による健康危害を排除するための方策決定に必要なリスク評価の科学も、今後、力を入れるべき分野として広く認められているところです。

こうした社会の期待と要望に応えるため、平成18年に東京大学に設立されたのが「食の安全研究センター」です。多方面の食の専門研究者の参画のもとに、食の安全に関わる健康危害リスクの評価と制御ならびに経済に関する研究を推進しており、食の安全の向上に役立つ革新的な科学技術の発展を図るとともに、時代の要求に合致した専門家の養成と輩出への貢献を目指しています。

お知らせ!!

BSフジにて
7月21日より
オンエア中

劉影先生が出演される「楽食美人 Part2」がBSフジで放映されます。是非、ご覧ください。

抽選で10名様にプレゼント!!

あなたの感想・ご意見大募集!!

官製ハガキに、本紙へのご意見・ご感想や気血水研究会へのご質問・ご要望などを書いて、住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、下記の気血水研究会「ノーバビータ編集部」までお送りください。抽選で10名様にマンガシリーズ「子どもは病気を食べている 全3巻」(美健ガイド社発行、1冊525円、全巻1,575円)をプレゼントいたします。(プレゼント申込締切は、平成21年9月30日消印有効)

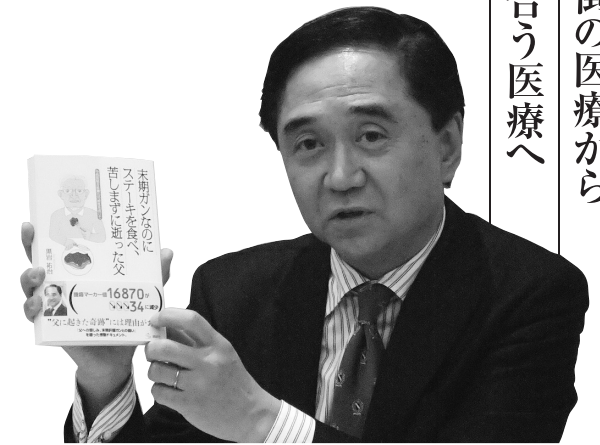


宛先 〒181-0013 東京都三鷹市下連雀1-11-23
NPO法人 気血水研究会 ノーバビータ編集部

黒岩さんの著書が訴えるもの

データ主義の西洋医学二辺倒の医療から患者に寄り添い、命に向き合う医療へ

「日本の医療は命に向き合っているのか」と問い続けていることでも有名な黒岩さん。近著『末期ガンなのにステロイドを食べ、苦しみに逝った父』は、末期肝臓ガンだったお父様の旅立ちまでを、息子として慈しみ溢れる心で綴った感動ドキュメントです。NPO法人気血水研究会の理事長である劉影先生と出会い、漢方（中国伝統医学）と西洋医学を融合させた「中西医結合医療」のアドバイスを得て、腫瘍マーカーが16870から34になるなどお父様に起きた奇跡、そして、著書のタイトルが象徴するように穏やかに過ごせた最期の日々が紹介され



ています。

この著書で黒岩さんが一番訴えたかったのは、「西洋医学一辺倒の考え方、発想法を転換すべきではないか」という問題提起だったことを強調。というのも、お父様が劉先生のアドバイスで体調を回復されている時、データのみにとらわれているドクターが、「ガンが爆発するかもしれないから気をつけるように」という心ない言葉

を口にし、お父様が大変落胆されました。これを知った劉先生は、「なぜ患者が気を落とすことをわざわざ言う必要があるのか」と烈火のごとく怒ったそうです。この象徴的なシーンは著書に詳しく書かれています。同著にも登場する水上先生は、「データ偏重の西洋医学一辺倒ではなく、患者に寄り添う医療を」と、黒岩さんの問題提起を支持されました。

大野先生のお父様もガンだったそうですが、最期は免疫療法の成果もあり、悲惨なガン患者の亡くなり方をせずに済んだことを語られました。そして、安全性が糾弾された「連のアガリクス問題が、一応の取捨を見たことに言及（別記の解説をご参照ください）。クオリティの高い商品にまで及んだ風評被害は極めて残念であるとし、「高齢化社会が進む中、免

疫療法として有効なアガリクスに関する自分の研究成果やそれを基にして開発された健康食品がもつと多くの方の健康に役立つほしい」という願いを述べられました。

一連のアガリクス問題に、厚生労働省が事実上の安全宣言

平成18年、厚生労働省がキリン子会社製の中国産アガリクス食品に発がんプロモーションがあるとして販売中止を要請しました。その後調査検討を重ねた結果、問題があったのは1製品のみとして、その他のアガリクスに関しては販売禁止措置をとらないことを表明し、平成21年7月3日には都道府県に宛て、アガリクスの事実上の安全宣言を行ないました。

そして平成21年7月8日、アガリクス・プラゼイ協議会が開いた臨時総会で、厚生労働省の担当室長が講演。「風評被害が生じないよう引き続き正確な情報提供に努める」よう関係者に協力を呼びかけました。同協議会も「食品は使用原料、製造方法、保存方法、流通方法で安全性が異なるので、きちんと情報公開されている製品の利用を…」と国民へ改めて発信しています。

日本と海外の統合治療

統合医療への認識が高い欧米や中韓 日本は近代化の歪みを引きずる医療後進国

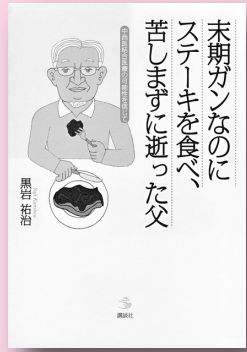
黒岩さんが、統合医療を実践されている水上先生に経験談を求めると、「ガン治療に関しては三大療法だけではなく代替療法を加えると、大変調子がよいという例は多くある」とのこと。患者さんの気持ち、満足度を大事にする開業医としてのスタンスを強く主張されました。ガン治療の三大療法とは西洋医学に基づく外科療法・化学療法・放射線療法のこと、代替療法とは食事療法・サプリメント療法・運動療法・心理療法・温熱療法・ホルミシス療法（低線量率の放射線を使用）など、自己治癒力を上げる療法のことです。

況は？」と聞かれる黒岩さん。水上先生によると、アメリカは自然療法医などが認められていると、特に教養の高い上流階級層にそうした非西洋医療を受けている人が多いそうです。ヨーロッパも同様で、ドイツで



黒岩 祐治

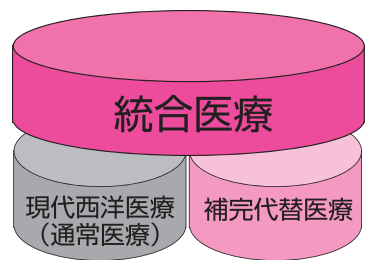
（クロイワ ユウジ）さん
フジテレビジョン報道局解説委員・キャスター、国際医療福祉大学客員教授、早稲田大学大学院講師。自ら企画・取材・編集を手がけた救急医療キャンペーンが救急救命士誕生に結びつき、放送文化基金賞、民間放送連盟賞を受賞。92年から放送の「感動の看護師最前線」シリーズのプロデュースキャスターも務める。



「末期ガンなのにステロイドを食べ、苦しみに逝った父」
— 中西医結合医療の可能性を信じて —
■著者：黒岩祐治
■発行：講談社 1,470円

■統合医療とは

「統合医療」とは患者さんの心身と精神を総合的に考え、「現代西洋医療」と「補完代替医療」を組み合わせる治療のことです。



- 「現代西洋医療」とは、通常、私たちが病院で受ける治療のことを言います。
- 「補完代替医療」とは、西洋医学を補う＝「補完する」医療と、西洋医学にとって代わる＝「代替する」医療のことを言います。英語ではComplementary and Alternative Medicine（コンプリメンタリー・アンド・オルタナティブ・メディシン）と言い、頭文字を取ってCAM（カム）と呼ばれています。

は伝統的にハーブ医療が医師の国家試験に位置づけられていることなどを紹介。つまり、「日本は後進国です」と水上先生は断じられました(6ページの「統合医療―日本と海外の比較」もご参照ください)。

古くから漢方療法が定着していた日本が、明治時代になっただけでドイツから西洋医学だけを取り入れたのか。「近代化そのものの大きな問題点がここに見える」と黒岩さん。水上先生は文豪にして当時の最新医療を担った軍医・森鷗外のことなども話題に、興味深い医学史談義で会場を沸かせました。

また、黒岩さんは、中国で開催された国際学会「統合医療を考える会」に参加されたそうですが、中国、韓国に比べ、日本から参加するドクターが大変少なかったという現状を嘆かれています。



水上 治

(ミズカミ オサム)先生
健康増進クリニック院長。弘前大学医学部卒業後、北品川総合病院内科勤務。東京医科歯科大学附属難治疾患研究所で医学博士。北海道えりも町で4年間僻地医療に従事。米国留学し、ロマリンダ大学大学院で公衆衛生学博士。東京衛生病院健康増進部長を経て、現職。



「1週間バランス健康法―「健康医」がすすめる! 肥満・糖尿病・がんを予防する 実用情報80」
著者・水上治
発売・PHP研究所 1,050円

ところで、漢方薬はエビデンス(科学的根拠)がとりにくいと云われます。「なぜか」という黒岩さんの問いかけに、大野先生は、「漢方は一人ひとりに合わせて調合するから」「エビデンスは多数の人を何群にも分けて調べ、統計学的に処理しなければならぬので、そうした基準にそぐわないから」と回答されました。しかし、「遺伝子やバイオな

ど新たな科学分野の研究がもつと進化すれば、エビデンスも可能になるのでは」と黒岩さんが続けると、大野先生もヒトのゲノム(遺伝子情報)が解析されたと今、その可能性を肯定。一人ひとり個性的な遺伝子を持っているヒトと、すべての遺伝子が一致しているマウスの違いなど、日頃の研究の一端がうかがい知れるお話を紹介されました。

期待される新しい薬剤師像

6年制教育に転換した今、もつと医療の現場へセルフメディケーションのための情報発信者へ

薬学の専門である大野先生に、黒岩さんは「医者とは古くは薬剤師(くすし)と呼ばれていた。今、薬剤師はどんな立場なのか」とさらに問いかけています。大野先生は、平成18年度から薬学部が6年制になり、薬剤師の質の向上が期待されていることなどを解説されました。

6年制転換の背景には、「薬剤師も、もつとベッドサイドへ」という社会的要請があります。薬は必ず副作用を伴うのでそのチェックをする必要があること、また、医療ミスの多くは薬剤師のチェックで防げるだろうと見られているからです。「そうなれば、ハーブなどを薬



大野 尚仁

(オノ ナオヒト)先生
東京薬科大学薬学部教授、薬学博士。77年東京薬科大学卒業。82年同大大学院修了。米国カンザス大学薬学部に留学。東京薬科大学第1微生物学教室助教を経て、現職。「アガリクス茸のβグルカンの分解活性」など多くの研究成果を学会や論文で発表。

剤師から医療に持ち込んだらどうか」と黒岩さん。水上先生も、「アメリカでは薬剤師がドクターに堂々と意見することがある。それくらいの気概を持つて医療現場に臨んでほしい」と賛同。そして、「薬はパワーがあるが副作用も強い。健康食品はパワーは弱いけど副作用も弱い」ということで、薬漬け医療の日本の弊害をなくすべく、「薬剤師が患者に寄り添い、よい情報を広く一般市民に発信していけば、医療はもつと豊かになる」と、期待の言葉を重ねられました。

黒岩さんは、さらに「薬局は地域の医療を支える拠点になりうる」と、話を広げられました。大野先生は、事前に薬局で病院に行くべきか相談ができれば、日本の医療の悪弊となつてくる3分医療や、問題視されている膨大な医療費の軽減につながる可能性があることを示唆されました。在宅医療が重視される昨今、それでも薬物療法は必要であるという現実を踏まえ、「薬剤師の貢献度は高まる。その気持ちで学生を教育している」と、教育者としての心意気を語られました。黒岩さんは「新しい薬剤師よ、頑張れ」とエールを送り、期待の高まる統合医療を巡つての有意義なひとときを締めくくられました。



気血水研究会から



NPO法人 気血水研究会 理事長 天野 暁 (劉影)
 <医学博士 未病医学研究センター 所長>

夏から秋にかけての養生

気をつけたい季節の変わり目

夏の暑さから逃れようと、冷たいものをたくさん飲んだり、冷房を効かせ過ぎたりしていませんか。冷やすことばかりに偏ると、身体の不調を招きかねません。冷たいものは消化吸収能力を低下させます。さらに水分代謝能力も低下し、余分な水分が体内にたまったままになるので、気をつけましょう。

そして、秋へ向かう季節の変わり目は、秋の長雨や独特の空気の乾燥により、呼吸器系の免疫力が落ちがちです。ぜんそく体質の方は、症状が出ないように、服装など気をつけて風邪を引かないように注意する必要があります。

冬に備えて栄養分をたっぷり

秋は、1年で最も過ごしやすく「食欲の秋」を楽しめますが、決して暴飲暴食の秋にならないように注意しましょう。また、夏の疲れが出やすい時期ですので、夏にためてしまった疲れは、ここで取り除きたいもの。快適な気候を活かし、睡眠や休息を充分にとることが大切です。

秋は、動物が冬眠に備えるように、私たちの身体も冬に向けて栄養分を蓄えようとします。食べ物も、栄養がたっぷり摂れて、身体を引き締めてくれるものがいろいろと実る時期です。

肺や呼吸器を潤す食べ物も

また、空気の乾燥から身体を守るため、肺や呼吸器に潤いをもたらせる食べ物を摂ることも欠かせません。秋の食べ物の中で、特に潤いを与

るのが梨です。梨は肺を潤し、咳を鎮め、のどの痛み、渴きをいやす働きをします。柿やギンナンにも肺を潤す効果があり、特にギンナンは気管支炎や咳止めにも有効です。

そして、大切なのが“辛み”

明治時代の食養家、石塚佐玄が「春は苦み・夏は酢の物・秋は辛み・冬は油と心して摂れ」という言葉を残しているように、ねぎ、にんにく、しょうが、とうがらし、わさび、あるいは、大根おろしや味噌料理、などの辛みは、空気の乾燥や気温の低下で働きの弱まった肺や呼吸器の負担を軽減する効用があり、身体も引き締めてくれます。ただし、辛味を多く食べ過ぎると、大腸へ負担がかかり、逆に大腸が乾燥してしまうので注意が必要です。

秋の主な食べ物

野菜	サツマイモ・山芋・里芋・カブ・ショウガ・ギンナンなど	
果物	梨・柿・ブドウ・クイ・イチジクなど	
キノコ	シイタケ・シメジ・ヒラタケ・マッシュルームなど	
魚介類	サンマ・イワシ・サバ・サケ・カマスなど	

情報最前線

統合医療—日本と海外の比較

本誌特集にもあるように、統合医療に対する欧米の認識、取り組みはかなり進んでいます。「日本は、西洋医学の選択肢だけでなく、代替医療の選択肢があることを医師が提示しないのが問題」と、座談会にご登壇の水上市治先生は常々、指摘されていますが、近年、世界的流れが押し寄せ、日本の取り組みも本格化しようとしています。

■アメリカでは…西洋医学の最先端を行くアメリカでも補完代替医療の認知度は高く、補完代替医療を否定した一般人はわずか28%という調査結果(2002年)があります。また、医師に対する調査でも、およそ半数が補完代替医療の有効性を信じており、かなりの数の医師が、自らそれを施したり、専門療法士を紹介したりしています。さらに、主要な医学校の3分の2以上で補完代替医療の科目があり、西洋医学と共に学んでいます。補完代替医療を保障内容とする保険会社も年々増加しているのが実情です。

■ヨーロッパでは…2009年5月17日に行なわれたスイスの国民投票において、「補完代替医療を国がサポートすべき

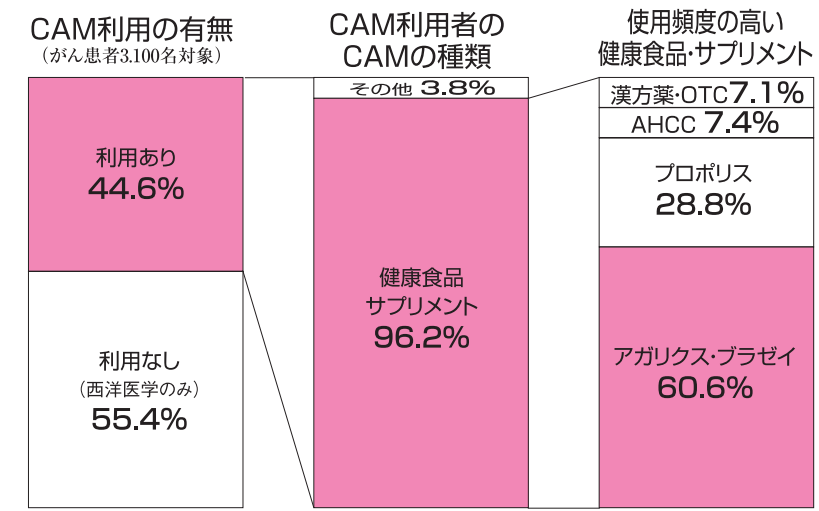
か」といった憲法改正案に対する賛成の声は約67%で、ドイツで行なわれた同様の調査でも賛成の意見は70%以上もありました。医療現場でも、補完代替医療領域の運動療法士などが、西洋医学に則った治療を展開。特に北欧の高福祉医療国では、中国から漢方医を招き、さまざまな補完代替医療のエビデンスの研究などを行なっています。

■アジア(中国・韓国)では…中国では巨大な国立統合医療センターが建設され、超近代的な西洋医学の病院を中心に補完代替医療用の研究施設・産業化施設を建設するなど、国家的プロジェクトとして進められています。韓国も中国より小規模ながら、同様の取り組みが見られます。

そして、日本でも…

2000年以降、厚生労働省や文部科学省による研究プロジェクトが徐々に増加し、補完代替医療の利用調査や研究が行なわれてきました。利用調査では、図のように、補完代替医療利用者の多さや、その中に占める健康食品利用者の多さが確認されるとともに、アガリクス・プラゼイの利用者の多さが確認されています。

●補完代替医療(CAM: Complementary and Alternative Medicine)の利用実態



半数近くが補完代替医療を利用! その種類はほとんど健康食品・サプリメント! 中でも圧倒的に多いのがアガリクス・プラゼイ!

<2001年厚生労働省がん研究助成金による「我が国におけるがんの代替療法の科学的検証と臨床応用に関する研究」班の調査結果より>

このように、補完代替医療に関する国民の認知度は高い日本ですが、お医者さんにはなかなか相談できない現状があります。しかし、国民の選択肢の一つとして、西洋医学と補完代替医療の長所を兼ね備えた統合医療を、医療関係者はもちろん産官学や国民を含め、全体が役割分担しながら一体となって進めることが必要になっています。