



タイトル 「健康第一」は間違っている

著者 名郷直紀（なごう なおき）

出版社 筑摩書房

発売日 2014年8月15日

ページ数 286 ページ

多くの医者は、健康につながる欲望に寛容で、健康を害するような欲望には厳しい。冒頭に、3人の患者の話が登場する。

1人目は、「先生のおかげで甘いものを我慢することが出来るようになって、大変感謝しています」。

この患者は、「甘いものを我慢する → 体重が減る → 健康になる → 毎日元気に暮らせる → 長生きできる」と考えている。

実際、甘いものを我慢できるように支援するのが医療の役割である。そこにあまり議論の余地は無いように思われるが、「ちょっと待ってほしい」というのが本書の入り口である。

2人目は、「先生、済みません。また飲んじゃいました」。ここには「酒を飲む → 糖尿病が悪化する → 色々な合併症がおこる → 日々の生活に支障が生じる → 早死にする」という背景がある。酒を飲みたいという願いは間違ったものであり、酒を我慢したいという正当な願いに誘導し、その実現を支援するのが医療の役割である。

これもまた、当然のことに思われる。しかし、糖尿病の患者にとって酒を飲みたいという願いは、本当に「正当でない」ものなのだろうか。そこを疑ってみたい。

3人目は、長く糖尿病を患ったすえに亡くなった夫を看取った妻の話である。「最後までご飯を腹いっぱい食べさせてやれなかったのが心残りです」。

ずっと旨いものを食べることを我慢して、我慢しているうちに何も食べられなくなり、とうとう旨いものを食べずに死んでしまった夫に対する悔悟がそう言わせたのだろう。案外こういうケースは多い。この患者は、満腹になるまで食べることを我慢する。という「正

当」な願いを死ぬまで達成し、満腹するまで食べたいという「不当」な願いを死ぬまで抑制できたということである。しかし、妻は、我慢させたのが「不当」で、食べさせるのが「正当」であったのではないかと悩む。

我々が生きている世界はもうそんなに単純な世界ではないのではないか。では、それはどんな世界なのか。今ある現実を正確に捉えようというのが本書の狙いである。

さっそく、目次を見ておこう。

はじめに

第1部 長寿国日本の現実

第1章 世界一の長寿国の現実

第2章 健康、寿命、幸福

第3章 健康、寿命、幸福を詳しく把握する方法

第2部 予防・治療のウソ

第4章 高血圧と脳卒中

第5章 がん検診は有効か —— 乳がん検診を例に

第6章 認知症早期発見の光と影

第7章 ワクチン接種がなかなか進まない日本

第3部 医療の役割

第8章 医療はどうあるべきか

第9章 解決のための処方箋

終章 どこへ向かうべきか

あとがきにかえて

日本において、長寿はすでに幸福につながっていない。健康も幸福につながっていないかも知れない。にもかかわらず、相変わらずテレビに流れる情報は健康につながるものばかりで、手を替え品を替え、次々と提案してくる。多くの人もそれに関心がある。

しかし、その提案は、ある特定の価値観に支えられているだけで、違う視点から見れば、乳がんや認知症の早期発見など、むしろ健康から遠ざかるような可能性を孕むものもある。逆にワクチンのような健康につながるものが無視されていたりする。

しかし、医療には限界があり、人は死ぬ。それにも拘らず、世の中はとにかく医療を受けることを勧める方向の情報を流す。80歳過ぎても、「血圧の治療をしよう」、「乳がん検診を受けよう」、「認知症を早期発見しよう」といった偏った情報ばかりだ。

そこには利害関係者がいる。特定の価値観が存在する。必ずしも医療を受ける人の幸福が第一になっているわけではない。さらに、「死なないための医療」が行き過ぎた状況にある。

医療は、食欲をコントロールする反面、健康になりたいという欲望を刺激した。それはとても合理的なやり方だ。食欲がコントロールできれば健康になる。健康になれば食欲をコントロールしようという意欲が増す。お互いが相乗効果を及ぼして、ますます食欲はコントロールされ、健康欲は刺激される。「死なないための医療」の勝利の方程式だ。

もちろん医療がどうあろうと、健康欲は刺激されず、食欲を満たし続ける人も多くいる。しかし、そういう人は、勝利の方程式から逸脱した「悪い患者」と呼ばれる。

では、勝利の方程式で勝ったのは一体誰か。医者か、患者か。そのどちらでもない他の誰なのか。少なくとも医療の提供者は、この方程式によって勝利する。乳がん検診や軽度認知障害を早期発見しようというものは、基本的にこの構造である。

この方程式を最も巧妙に使っているのは、「検診」や「健康食品」である。健康食品のマーシャルというのは、そもそも健康に良いかどうか良く判らないものが大部分であるが、それでもこの方程式に沿って、健康に悪い欲望を制御し、健康欲をひたすら刺激する。それが「検診業者」や「健康食品業者」に大きな利益をもたらす。それが健康に良いということが明らかであればまだいい。ところが、見方によってはその効果が曖昧な乳がん検診まで、この方程式を利用する。

「遊びに行っておいしいものを腹いっぱい食べるのもいいけど、その時間を使って検診を受けたらどうですか」、「たまには食欲をコントロールして、健康に心がけましょう」というのは、全く健全な意見のように思われる。しかし、それが間違いなく検診業者や健康食品業者に利益をもたらす一方で、検診を受けた人や健康食品を摂取した人にメリットがあるかどうかは良く判らない場合が多い。

さて、これまでの医療の進歩は、「死なないための医療」と「健康欲の刺激」によってもたらされてきたと言っても過言ではない。しかし、進歩の限界と限りない欲望の行き詰まりがそろそろ訪れつつある。

具体的には、末期がんの患者に対して、長生きしたいという欲望をコントロールして、好きなものを自由に食べることを勧めることがあるというが、それは極めて困難である。

そもそも世の中には、健康欲を抑制しようという情報は殆どないので、抑制することが良いこととして認知されるのは難しい。現実の医療の現場でもなかなかそういう方向へは向かわないという。末期がんの患者も、「何を食べるのがいいのですか」というような質問を良くするという。それ程に健康欲に対する刺激は根強い訳である。突破口は、「死ぬこと

が前提の医療への移行」と「健康欲のコントロール」にあるという。

健康欲が常に刺激される方向でしか情報が流されないのは、結構恐ろしいことではないだろうか。「体に悪いことを何かやっていますか」といったコマーシャルがあっても良いのではないかと著者は言う。

欲望の際限のなさについて語る時、次のような面白い禅問答がある。
師が弟子に向かって言う。「一番大きいものを食べてこい」。
弟子が答える。「月を食った」、「地球を食った」、「太陽を食った」、「宇宙を食った」。
弟子が何と答えようとも、師はこう答える。
「私は一番大きなものを食ったというお前を食った」
弟子は師匠の返しに、ぐうの音もでない。

どんなに大きいものを食ったといっても、さらに大きなものが限りなくある。しかし食欲は胃の容量に限界があるのでどこかで制限される。健康欲や生存欲は実体がないので際限なく膨張する。

著者は、決して医療を受けるべきではないとは言っていない。医療を受けないことが重要だとは思わないが、それを選択肢として持つことは重要だという。どちらか一方の選択肢は駄目で、「医療を受ける/受けない」両方を視野に入れることが重要だという。

著者の奥さんとの対話で、「あなたが死にたいなんて言っているうちは放っておくけど、生きたいなんて言い出したら、そりゃ大変だわ」という話がある。

「死にたい」を放っておいていいかどうかはさておき、「生きたい」となると大変なことだ。「健康になりたい」、「長生きしたい」、それは大変なことだ。実現困難なのは勿論、実現してもなお満たされない。日々「死にたい」なんて言っていて、いざ死にそうになると「生きたい」という。それが現実だ。そんな現実生きる人達に向かって、最後に次のように問いかけてみたいと著者はいう。

「まだ生きたいのか。そろそろ死にたいと思ったらどうだ」と。

著者は、この言葉が、本書を読み終えた人の怒りを呼び起こすことがないと信じて筆を^お擱きたいという言葉で本書を閉じている。

2014. 10. 10