



第6回講演会報告

平成28年6月25日(土) 13:30より、グランシップ 会議ホール「風」にて、「くすり・たべもの・からだの協議会」の第6回目の講演会が行われました。

今回の講演のテーマは、「日本におけるこれからの医療や看護はどうあるべきか?」でした。3人の講師のお年を合わせますと何と259歳になる、渥美和彦先生と夫人の英子先生、看護学分野の第一人者の川嶋みどり先生に登場していただきました。

渥美和彦先生は東大外科で仕事をされ、レーザ医学、サーモグラフィ、医療情報システム、生体磁気などの先端医学の分野に挑戦し、1989年、人工臓器の山羊の長期生存世界記録をつくられた、いわば西洋医学



来場者の質問に答える渥美先生

の最先端を極められた方です。このような近代の西洋医学は、目に見える、モノに触れる、実際に感じることでできるといった「物質中心」できたわけですが、それでは満たされないものがあることを、患者自身も、あるいは医師も気づいてきた。これが統合医療の原点なのです。統合医療の話をはじめられました。簡単に言えば、科学では証明されないようないろいろな治療法があるのでないか・・というのです。統合医療の定義をあげてみると、

- 1 患者中心の医療
- 2 身体のみならず、精神、社会、さらにスピリチュアリティなど全人的医療
- 3 治療のみならず、むしろ疾病予防や健康増進に重点を置く医療
- 4 ヒトが生まれて成人し、老化し、死ぬまでの一生の包括医療

統合医療は患者中心、個別の医療である点を、強調されました。つまり「その人にしか、当てはまらない」ことがあるわけです。こうした医療のスタイルとして、伝統医学、鍼灸、マッサージ、ヨガ、カイロプラクティックなどは非科学的、「レベルの低い医療」であると誤解されているが、患者の状態によっては、大変効果的なものがあると説明されました。特殊な医療として、音楽療法：患者が、言葉を使わず、楽器の音で

症状を表現する、それに対して、医療者は、楽器の音で、その症状を理解して心地よい気分させる・・という医療もあるというのです。気持ちのよい音楽を聴くと、気分も一新して、また頑張れそうになるというものが原点でしょうか。

災害時の医療にも、統合医療は重要だと話されています。災害で医薬品などがすべてなくなったり・不足した状態では、統合医療を利用しなければいけないと強調されています。

奥様の英子先生は、女性の視点での統合医療、特に食事の面でのこれまでの取り組みについて、今までに行ってきた講演会の内容をダイジェストする形で、和彦先生の講演を補足されました。

川嶋みどり先生のお話は、冒頭のご自身の経験談に、息のみました。脊椎の悪性腫瘍の末期の9歳の女の子の担当になった若き日の川嶋みどり先生。

戦後の品不足で、出来る治療はブドウ糖の注射位。脈も乱れて、食欲もない。その時、川嶋先生のやったことは、お風呂にも入れず、汚れて凄く臭いの少女の体をきれいに洗ってあげることでした。数日かけてお湯で温めたタオルで、汚れた皮膚をきれいに洗っていくと、おばあちゃんの様なしわしわで煤けていた皮膚が、ピンク色の少女のきれいな肌に戻りました。そして、驚くことに、その少女の口から「看護婦さん、ありがとう、おなかすいた」という声が聞かれたというのです。驚いた川嶋先生は、「ドクターや婦長さんに「なんだろうなった?」と質問しましたが答えはありませんでした。

何年もたってから、清拭(温めたタオルで体をマッサージしながらきれいにする)が、循環促進と皮膚の代謝をさせ、気持ちよさや安楽感が与えられ、副交感神経が優位となつて、消化管の臓器の活性化が図られ、ナチュラルキラー細胞活性が高まったことなどにより、この少女の状態を改善させたことを知ります。先生は、この時、看護師になって、心の底からよかったと感じたと話されました。

看護の力は、とても大事で、体を拭いてもらう(清拭)という行為一つをとっても、看護師が行うとその効果は倍増するとも言われています。このエピソードなどは、そのことを如実に語るものです。清拭をしながら、コミュニケーションをとることが、患者の身体チャンネルを開放させ、患者の人格が応答し、今までの医療行為の効果が高まる好機となることなどの効用があり、そのケア行為を専門的な知識を身につけた看護師が行うことがとても意義があると話されました。

ケアの原点は、幼い子・弱い人・困っている人・高齢者・障害のある人を見たときに、何とかしたい気持ちになることです。そのために専門的な知識を身につけた医療職員がいるの

です。

現在の医療は、とてもよく効く薬や、素晴らしい手術があつて、癌になつても寿命が伸びる時代です。でも、それらが無い時代、どうしていたかという、川嶋先生は太平洋戦争中の体験をもとに話されました。

当時は、医師も戦場に軍医として派遣され、町には医者ほとんどいなくなつたので、病気を予防することにみんなが色々知恵を出し合つていたということです。食事時のお茶↓ハブ茶に変えること。おなかの具合の悪いとき↓ゲンノシヨウコを煎じる。テスト前夜の夕食↓葱の献立一品を入れることで、頭の回転が良くなつた。試験勉強で目がさえてしまい、なかなか寝付けないときは、床に入った私の頭に母や祖母がそつと手を当ててくれると、緊張が解けて(副交感神経が優位になつて)、入眠できた。化膿しかけた傷↓ドクダミの葉をあてておく(殺菌作用)。風邪の引き始め↓足湯で全身発汗を促したり、風邪の予防↓塩水の鼻うがいすることなどを、励行して病気になることを未然に防ぐ努力をしていました。伝統医療や民間医療とよぶべきこれらの行為も、統合医療の一つの分野です。

身体には、防御反応といって、病原微生物の侵入への炎症反応や免疫反応があること。そのほかに、警告反応があり、交感神経の緊張によるアドレナリンの分泌などが、細胞や組織の損傷の回復に結びつくものが

あると説明されました。また、心臓弁膜症や高血圧症時の心肥大、片側腎の障害で他側の腎肥大など、肥大や増生による機能代償といったもの、これらは、すべてが、機能レベルからみた自然治癒力の表れとしてあります。このように、細胞、組織、臓器のあらゆる段階で生体の秩序を維持しようとする生物学的なフィードバック・システムの力が自然治癒力といわれ、生体に備わつていて、その生命を維持し、生命が継続し再生することを目ざして、ケアという営みが始まりました。

誰でもできるケアには、
 ・清潔を図る↓二次感染予防
 ・気持ちよさ↓副交感神経が優位となり、免疫力がUPする
 ・経口摂取を重んじる↓美味しく楽しく食べる
 ・寝方の工夫↓腹臥位睡眠(著書も紹介されました)
 などがあるということです。
 21世紀の医療は、ますます高度化していきますが、そうした流れのなかで、治す医療から自然の回復過程を整える医療へ。
 つまりケアからケアへで、満足が得られる病気や病状は沢山あると話を結ばれました。



くすりの知識



ジェネリック医薬品って何？

後発医薬品(ジェネリック医薬品)とは、先発医薬品(新薬)の特許が切れた後に販売される、先発医薬品と同じ有効成分、同じ効能・効果をもつ医薬品のことです。

POINT1: 開発費用が先発品と比べて安く済むため、薬価が安く、患者さんの自己負担の軽減、医療保険財政の改善につながります。

POINT2: 効き目や安全性は、先発医薬品と同等です。国では、欧米と同様の基準で審査を行っています。さらに、製品によっては、服用しやすいように大きさや味・香りなどを改良したジェネリック医薬品もあります。

POINT3: 欧米では、幅広く使用されています。日本でのジェネリック医薬品の使用率は年々伸びています。2014年度で52%と世界の使用率(アメリカ92%、ドイツ83%、イギリス73%)に比べると、まだ低い状況にあります。今の処方箋は、「後発品への変更不可」にチェックが入っていないければ、薬剤師と相談してジェネリック医薬品に変えることができます。

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の「物質特許」が切れていますので、有効成分は同じにできますが、

「製剤特許」が切れていない場合、添加物や製造方法は同じにできません。薬が吸収される速度や、有効成分が分解される状態が異なり、薬の効き方や副作用の出方に違いが出る可能性が完全に否定できません。

一方、オーソライズド・ジェネリックは、先発品と同等の原薬・添加物・製造方法で作られているジェネリック医薬品です。先発品メーカーから特許権の使用許可を得て発売しています。オーソライズドとは「許可された」という意味です。オーソライズド・ジェネリックは先発品と同じ品質で値段が安いというメリットがあります。

第9回講演会の

お知らせ

第9回を迎える講演会は、小児科医であり、トータルヘルスプロモーションの研究を行う伊藤明子先生に和食の効果効能について。脳研究者であり、情報7daysのコメンテーターとしてお馴染みの池谷裕二先生には、脳が考える脳の未来についてお話しいただきます。

日時:平成29年3月19日(日)13時30分~16時、会場:グランシップ10階会議室(JR東静岡駅から徒歩2分)

詳細は同封のチラシおよびHPにてご確認ください。