

代替医療における食品の役割

鈴木 信 孝 (金沢大学医学部講師)

私たちは健康な身体で平和な毎日を過ごせることを願っています。21世紀は、病気をせず健康を維持することに主眼が置かれる時代になると思われます。人間が本来持っている生命力・免疫力等を常に高め、病気を予防していくことが何より大事です。『転ばぬ先の杖』という格言のように、病気をあらかじめ予知・予防し健康を保持・増進していきたいものです。最近では、新聞、雑誌、テレビ、インターネット等をはじめとする高度情報化の情勢もあって、世界中からそれぞれの国の伝統民間療法や我が国ではこれまでなじみの少なかったアロマセラピーなどが登場しています。これらは、在来のいずれの医学分野にもあてはまらない新しい医学領域で、医療従事者のみならず患者さん自身も正しい知識を持つことが必要となっています。21世紀は患者さん自身が、自分の健康は自分で守るという意識を持つ時代になると思います。

今回私たちは、これらの目的に少しでも役立つように、代替医学・医療を、医療関係者に広く応用してもらうことを考えました。この代替医療を日本のみならず世界の人々にも利用してもらい、不幸な病気にならないようにと願っています。またたとえ、難病をわずらって現代西洋医学がおよばない場合でも、代替医療というオプションが適切に選択できるよう研究を積み重ねていく所存です。

代替医学・医療とは一般の方には、なじみの少ない言葉ですが、通常の医学校では講義されていない医学分野で、通常の病院では実践していない医学・医療のことです。近年、これら代替医療を求める患者が我が国でも急増しています。一方、他国においても同様な状況が見られ、代替医療が世界的に新しい医学の潮流となりつつあります。代替医療の範囲は広く、世界の伝統医学・民間療法はもちろん、保険適用外の最新テクノロジーを応用した新治療法・診断法をも含んでいます。具体的には、中国医学（中薬療法、鍼灸、指圧、気功）、インド医学、免疫療法（リンパ球療法など）、薬効食品・健康食品（抗酸化食品群、免疫賦活食品、各種予防・補助食品など）、ハーブ療法、アロマセラピー、ビタミン療法、食事療法、精神・心理療法、温泉療法、酸素療法等々すべてが代替医療に含まれています

平成二年のことなのですが、私たちは偶然、ある食品を食べると病気がよくなるということに気がつきました。そうしたことから、食品の薬効ということに注目することになったわけです。一方では、すでに一般の人たちや患者さんたちは、健康食品という形でそうした食品の薬効に日ごろから親しみ、盛んに利用していたわけです。我々の調査でも、外来通院中の慢性疾患患者（高血圧、糖尿病、高脂血症、肝疾患等）500名に対し、アンケート調査を行ったところ、その約40パーセントが自分なりに何らかの代替療法を行なっていることがわかりました。なかでも健康食品をはじめ各種食品を摂取している率が多いという特徴がわかり注目されました。そこで、われわれ医療従事者も自分たちが診察している患者さんたちが、ふだん何を食べているのかということに勉強しなければならぬという謙虚な気持ちから食品への関心を高めていたのです。こうしたことから、食品の薬効を探したり、食品の薬効に関して文献を調べてみようという研究会ができ、情報交換を行うようになりました。そうこうするうち、世界各国には食品の分野で非常に多くの基礎研究があり、すぐれた治療結果もたくさん報告されていることがわかってきました。日本ではまだ臨床医の間で薬効食品といったものに着目している人が少なく、臨床分野の検討が非常に遅れていますが、目を凝らして見ると、日本全国ではいろいろな地域で基礎研究を進めている人たちがいることがわかりました。そこで、各地の先生方と共同してこうした学会が誕生しました。

今年度は、毎日食べる食物の薬効成分を再認識し、病気の予防・治療になる食事や食品を摂っていただきたいと考え、【薬効食品の医療への応用】がメインテーマになっています。食物・食品の持つ薬効については、長年にわたって基礎的研究が蓄積されており、また科学的なアプローチがしやすいため、その臨床効果と応用に期待が寄せられています。この一般フォーラムに参加されることは、『医食同源』を再認識する良い機会となり、今後の健康維持によりよき指針を与えるものと確信いたしております。