



## 医者は病気を見つけて治療するが健康になる方法は教えてくれない

私たちは、病院のお医者さんに、ちょっと体調が悪い時や、自分が病気になりかけの時に、毎日の生活のどこに気をつけ、何を食べ、どんな食べ物は食べない方がよいのかなど、具体的な生活方法を教えてもらいたいと思っています。しかし、私たちの期待とは裏腹に、おいしゃさんは健康になる方法を教えてくれません。病気であるとの診断が出れば薬などを処方してくれますが、病気と診断されない場合には『気をつけましょう』と一言いわれるだけで終わってしまいます。なぜでしょうか。それは、病気が一定のレベル以上に進行して薬などで治療する方法と、病気になる前に健康を取り戻す方法とでは、全く違う方法が採用されていて、お医者さんは病気になりかけの人を健康にする方法についてのプロではないからです。

『健康作りということなら医師が頼りになりそうな感じがしますが、実はこの場合医師はあまり役に立ちません。忙しいということもありますが、日本の医師が関心を抱いているのは、あくまでも病気を見つけたり、どう治療するかということだからです。また、検査をしないで指導だけするというのでは出来高払いの健康報酬では収入が少ないということもあります。』(聖路加看護大学名誉教授 日野原重明)

現在の大学の医学部では、病気の原因についての教育や研究よりも、治療法にかんする教育や研究が優先されています。また、食事と病気とは『関係が無い』という考えが根本にあるため、栄養学を医学部で学ぶことはありません。ですから、食事と病気の関係については、ほとんどなんの知識もないままお医者さんになる場合がほぼ全てなのです。アメリカでは1975年に既に、食事と病気との関係が認められ、食生活の改善が病気を予防し病気を治す基本だという事を国が認めています。それだけ、日本はおくれているというわけです。ただし、ここで誤解しないでいただきたいのは、薬は絶対だめだとか病院へ行ってもだめだと言っているのではないということです。病気になったら病院へ行き、きちんと診断してもらって、症状を緩和するために薬が必要なことももちろんあります。しかし、薬で健康になるという事はありませんし、薬はあくまでも対症療法にすぎません。また、現代医学では、さまざまな新しい治療法や、手術法を駆使し、昔なら助からなかった人たちの多くが助かっているのも事実です。ところが、慢性病や生活習慣病(成人病)と呼ばれる病気を、外科的な病気と同じ理論で、同じように治そうとしても、難しい場合が多いという事も否定できません。

医学は進歩しているように見えますが、病人は減るどころか増える一方で、更に新しい病気が出てきてしまうという現実を湧いてくるのも当然なことと言えるでしょう。『心臓病やガン等の文明病は、現代の食事がもたらした食源病であり、食生活の改善なくして病気の改善はありえない』(マクガバンレポート)

