日本国民への提言 ⑭

日本の国民一人ひとりが、自らの「からだ」の「しくみ」を生かすことで、日本を再生する

今後のあるべき医療

健康体を活かす医療

たまご理論で病気のしくみを考える

たまごビル院長 **石垣　邦彦**

〒581-0061　大阪府八尾市春日町 1-4-4
電話 072(991)3398　FAX 072(991)4498
ホームページアドレス http://www.tamagobl.com/

前回、「腑に落ちる」・納得がゆく」・「違和感のない」医療の必要性を述べました。そのためには、「腑に落ちる」・「納得がゆく」・「違和感のない」生活が必要であることを述べました。

そして、そのためには、40億年の「からだ」の「しくみ」がスムーズに「はたらく」状態＝「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」（表1）が必要であることを述べました。

「上腹部の柔軟性」を生活に、医療に取り入れる必要があることを述べました。

さて、「上腹部の柔軟性」の意味するところはどこにあるのでしょうか。

『腸は考える』の著者、藤田恒夫さん（注1）は、その文中で、実証主義の大科学者ポアンカレ（注2）の次の言葉を紹介されています。

「真理とは仮説である。その仮説によって現に知られているすべての現象を説明できれば、その仮説が真理である」。

また、ルネ・デュポス（注3）は次のように述べています。

「わたしはいつも感じるのだが、科学的医学の問題は、それが十分に科学的でないということに尽きる。現代の医学は、医師と患者とが「自然治癒力」の中に働く肉体と精神との力の管理法を学び取った時に初めて真に科学的になるであろう」（注4）

このルネ・デュポスの言葉のキーポイントは、「科学的」・「自然治癒力」・「肉体と精神との力の管理法」であると、わたしは思います。

まず「科学的」という言葉自体があいまいです。「科学的」というだけで、金縛りにあって正しいものだと大多数の方は思ってしまう傾向があります。

例えば、本紙1・2月号にお話しさせていただいたランダム化比較試験です。この方法論がEBM根拠にもとづく医療の最も信頼性（グレード）の高いレベル1の根拠になっています。しかし、現代医学が人間の「全体像」と病に至るまでの「途中経過」を確認する「指標」をもっていないために、「個別性」と「即時性」には対応できていません。

そのため、「健康体と慢性疾患の関係」（図1）を把握できていません。

とすると、そのランダム化比較試験を基礎にして治療方針が決められているガイドラインは、完全には、信用するに価しないということです。

つまり、「科学的」という言葉にはいつもあいまいさがある（注5）ということです。

次に「自然治癒力」についてです。「自然治癒力」とはよく聞く言葉ですが、その「自然治癒力」という実態が、実際にどう「からだ」にあらわれるかを、具体的に誰も述べていません。

しかし、本紙25年4月15日号で指摘させていただいたように、「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」とには、一心同体・不即不離の関係（表2）があります。

「上腹部の柔軟性」を保持し、深く・長く・ここちよい呼気があると、「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」がととのうことが分かりました。

また、「元気で生きる・予防する・的確に治療する・ケアーする・穏やかな死に至る」にも「上腹部の柔軟性」が必要なことが分かりました（表2）。

そのため、病気になってしまった人にとっても、「上腹部の柔軟性」をROB治療で「からだ」に現れるようにさせていただくと、「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」がととのい、「からだ」の「しくみ」がスムーズに「はたらく」状態＝自然に治る力、いわゆる、「自然治癒力」（表2）が生まれるのです。

そして、「上腹部の柔軟性」を保持するにつれて、肉体と精神がととのってゆくことがみなさんに観られるようになります。

つまり、「上腹部の柔軟性」が保持されてゆくと、「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」がととのい、「肉体と精神」がととのってくるのです。

ルネ・デュポスは言います。

「真理とは仮説である。その仮説によって現に知られているすべての現象を説明できれば、その仮説が真理である」。

「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」と「元気で生きる・予防する・的確に治療する・ケアーする・穏やかな死に至る」関係（表2）を仮説とすると、この仮説が真理に近いものであると、わたしは認識しております。

さらに大事なことは、人体そのものは健康者も患者も医師も同じ「しくみ」でなりたっています。そのため健康者・患者・医師三者が、ともにこの共通の土台＝「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」と「元気で生きる・予防する・的確に治療する・ケアーする・穏やかな死に至る」関係を通して、「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」を、ご自分のものとして、ともに身につけることができるのです。

そこではじめて、健康者・患者・医師、三者に「腑に落ちる」・「納得がゆく」・「違和感のない」生活と医療がなりたってきます。

「上腹部の柔軟性」は人類にとって、大きな共通の財産です。これを生かすことは、人類のとって大きな福音です。

それでは前回と同じく、その「新しい概念」にいたる道を先ず述べてゆきます。

それから「上腹部の柔軟性」と「人体力学」の関係を詳述し、菊地臣一福島県立医科大学学長・理事長出演・監修のNHKスペシャル「腰痛・治療革命」～見えてきた痛みのメカニズム～を題材にして、「腑に落ちる」・「納得がいく」・「違和感のない」新しい概念の実際を述べてゆきたいと思います。

「医師と患者とが「上腹部の柔軟性」が生まれる方法とその状態を感受し保持する方法を身に着ければ、現代医学は、はじめて科学的になるであろう」

「現代の医学は、医師と患者とが「自然治癒力」の中に働く肉体と精神との力の管理法を学び取った時に初めて真に科学的になるであろう」

この意味をわたしの言葉であらわすと、

「真理とは仮説である。その仮説によって現に知られているすべての現象を説明できれば、その仮説が真理である」。

ということになります。

細分化された現代社会、とりわけ医学の世界にとって、なんというパラダイムの転換ではありませんか。

原始の生命より受け継いだわれわれの「からだ」の「しくみ」を生かすこと自体が現代医学を変革することとなります。わたしたちは、なんと灯台下暗しだったのでしょうか。

そして、ここからが大事なことですが、わたしは、45年にわたる臨床研究の結果、「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」と「元気で生きる・予防する・的確に治療する・ケアーする・穏やかな死に至る」関係に気づきました。しかし、この気づきは、未だみなさんに理解されていることがらではありません。

臨床研究から生じてきた考えですが、ここであえて「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」とこの二つの関係を仮説としましょう。

しかし、おもしろいことに、ほとんどの病気にいたる現象とその結果を大わくで説明することができます。毎日がわくわくと診療に当たれる自分自身の幸せをかみしめています。

まさにポアンカレが言うように、

「真理とは仮説である。その仮説によって現に知られているすべての現象を説明できれば、その仮説が真理である」。

「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」と「元気で生きる・予防する・的確に治療する・ケアーする・穏やかな死に至る」関係（表2）を仮説とすると、この仮説が真理に近いものであると、わたしは認識しております。

さらに大事なことは、人体そのものは健康者も患者も医師も同じ「しくみ」でなりたっています。そのため健康者・患者・医師三者が、ともにこの共通の土台＝「上腹部の柔軟性」と「呼吸・循環・人体力学・自律神経・内臓全般の動き」と「元気で生きる・予防する・的確に治療する・ケアーする・穏やかな死に至る」関係を通して、「健康体の特徴」である「上腹部の柔軟性」を、ご自分のものとして、ともに身につけることができるのです。

そこではじめて、健康者・患者・医師、三者に「腑に落ちる」・「納得がゆく」・「違和感のない」生活と医療がなりたってきます。

「上腹部の柔軟性」は人類にとって、大きな共通の財産です。これを生かすことは、人類のとって大きな福音です。

それでは前回と同じく、その「新しい概念」にいたる道を先ず述べてゆきます。

それから「上腹部の柔軟性」と「人体力学」の関係を詳述し、菊地臣一福島県立医科大学学長・理事長出演・監修のNHKスペシャル「腰痛・治療革命」～見えてきた痛みのメカニズム～を題材にして、「腑に落ちる」・「納得がいく」・「違和感のない」新しい概念の実際を述べてゆきたいと思います。

表1　健康体の三大特徴

(1)「上腹部の柔軟性」＝腹部の柔軟性と形態と温度分布
「健康体」の場合、立位で上腹部が下腹部より少し低く手で上腹部を圧迫しても圧痛は無く、しこりもなく、その圧迫をとくとすぐに元に復する柔軟性があり適度な緊張がある。
また、腹部全体は温かくほぼ同一温度である。

(2)頭部と足先の温度差
「健康体」の場合、頭部が足先より約1度から3度高い範囲である。

(3)立位での姿勢
「健康体」の場合、正面からみると脊柱は正中線上でまっすぐであり、側面からみると生理的に適切なS字状の 湾曲を保ち、人体の各部位に余分な緊張と力の過剰な 負担がない

表2

人は楽しむために生まれてきた！
～人間の生死は「上腹部の柔軟性」が指標となる～

ROB 治療で「上腹部の柔軟性」が正常化されると・・・
「入り出」がととのい、深く長くここちよい呼気ができる

- ・呼吸が深くなり
- ・循環が良くなり
- ・人体力学が安定し
- ・自律神経がととのい
- ・内臓全般の動きが活発になる

- ●生きる力がつく　⇒　生き方が身につく
- ●総合的免疫力がつく　⇒　予防ができる
- ●自然の治癒力がつく　⇒　治療が的確に
- ●自然なバランス力がつく　⇒　自然なケアー
- ●自然な死への流れができる　⇒穏やかな死

■人間の体の自然な「しくみ」が生かされ
ROB 治療で人生が統合される！！

《原始の単細胞の生命から　人体力学に至るまで》

【Ⅰ「入り出」の原動力＝「体液の移動」による「体腔圧の変動」と人体の「正常機能・構造・形態」との関係を探る】

『からだの「しくみ」の基本』（図2）で以前説明させていただいたように「取り入れる」ということは「いのち」をつなぐには、なくてはならないことです。

しかしながら、原始のできごととしては、最初のうちは自然に、況に応じてその流れ偶然に必要なものが入ってきたことでしょう。数多くの偶然を重ねるうちに、段々とその要領を得た膜は「取り入れ」やすいようにその「はたらき」と「つくり」と「かたち」を進化させてきたのでしょう。

進化してきたのは膜だけではありません。最初の間は温度・気圧・潮の満ち引きなどの外力による物理的圧力の影響のみをうけ、原始の細胞の移動とともに、細胞内の体液は移動していたのでしょう。

しかし、そのうちに原始の細胞はその流れの強弱をつかみ、状況に応じてその流れを「体液の移動」をコントロールできるようになってきたのでしょう。

細胞それ自体が主体的に「体液の移動」によって流れをつくり吸引力を生み、膜の凹凸をつくり、体験により生じた膜そのものの「はたらき」と連携し、より適確に効率よく「取り入れ」を進化させてきたのでしょう。

また、求める物質を膜が積極的に感知するようになりました。その物質を「取り入れ」ようとして、膜内の自発的な「体液の移動」がおこるようにもなってきたのでしょう。

そして「体液の移動」による「体腔圧の変動」がおこります。その結果、細胞の「かたち」が上下・左右・前後に変形し、温度・気圧・重力・その他の物理的圧力にも対応できるようになってきたのでしょう。

さらに進化して、「取り入れ」に狙いを定め、獲物を求めて「体液の移動」による「体腔圧の変動」によって意図的に細胞そのものが、その位置を移動できるようにもなってきたのでしょう。

もちろん「体腔圧の変動」によって「取り入れ」とは逆の「はたらき」である「排泄」にも膜と連携して大きな力を発揮することになります。これは、まさに消化管の「はたらき」そのものです。これは、まさに呼吸器の「はたらき」そのものです。

そして海中の餌を求めて自由自在に動き回る多細胞生物に進化してきました。

さらに進化した魚類のように背びれ・胸びれ・尾も発達してきました。また、さらに動きをよくするために消化管から浮き袋もできてきました。

このように「体液の移動」による「体腔圧の変動」は、いろいろな「はたらき」と一体になっていきます。このおもとにある「体腔圧の変動」をコントロールするために消化管・呼吸器系・循環器系・末梢神経系・自律神経系・中枢神経系などが発達してきたのです（図3）。

そのため、人体にあらわれる現象には「体腔圧の変動」と循環器・呼吸器・自律神経・中枢神経・運動器系＝人体力学などとの目に見えない、しかし強固な関係を観察することができます。

その後上陸してからは、海中のような安定した環境ではないために、あらゆる部分で、さらに「からだ」を変化させなければなりませんでした。ひれを手・足に、浮き袋を肺にまた、あらたに排泄のための腎臓などが作られてきたのです。

特に海中と比べて、陸上では重力に対する対応に、「からだ」には大きな変革が必要でした。

そのような地球規模の環境の変化（表3）に対応しながら、多種類の「生きもの」が枝分かれしてゆきました。気の遠くなるような年月を費やし段々と進化し哺乳類ができ類人猿につながり、二足歩行をおこなう人類が出現してきました。

それぞれの「生きもの」が、主に「取り入れ・排泄」の「はたらき」を通して、「いのち」をつないできました。それぞれの「生きもの」が殺されないための工夫をして「いのち」をつないできました。それぞれの「生きもの」が地球環境に適応して「いのち」をつないできたのです。（図4）。

その結果が今ある人体です。「からだ」の「はたらき」と「つくり」と「かたち」なのです。人体の「正常機能・構造・形態」なのです。

イネはイネで、「取り入れ・排泄」に、「いのち」を狙う天敵に、環境に適応してきました。特に重力への適応として、今のイネの姿・形があります。

牛は牛で、「取り入れ・排泄」に、天敵に、環境に適応してきました。特に重力への適応として、今の牛の姿・形があります。

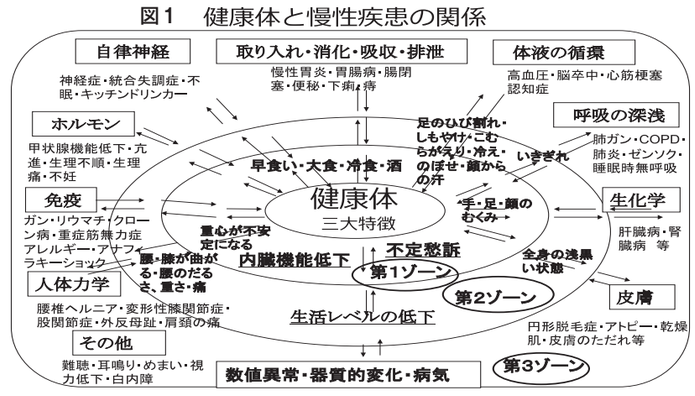
人類も、「取り入れ・排泄」に、天敵に、環境に適応してきました。特に重力への適応として、今の人類の姿・形があります。

特に人類の重力への適応のシステムの大きな要素が、長年の臨床研究の結果『体の重心の安定と上腹部・下腹部との関係』（図5）にあることが分かりました。

つまり、「上腹部」がくぼみ「下腹部」にある「からだ」の中心に重心が移り、「からだ」全体が安定するという「しくみ」のあることが分かったのです。

次回は、その発見に至った臨床例を具体的に述べてゆきたいと思います。

図1　健康体と慢性疾患の関係



【図2】
「からだ」の「しくみ」の基本

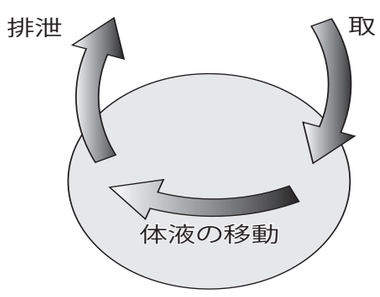
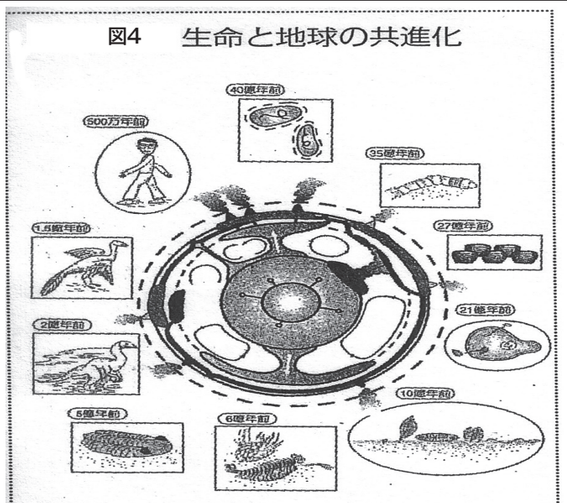


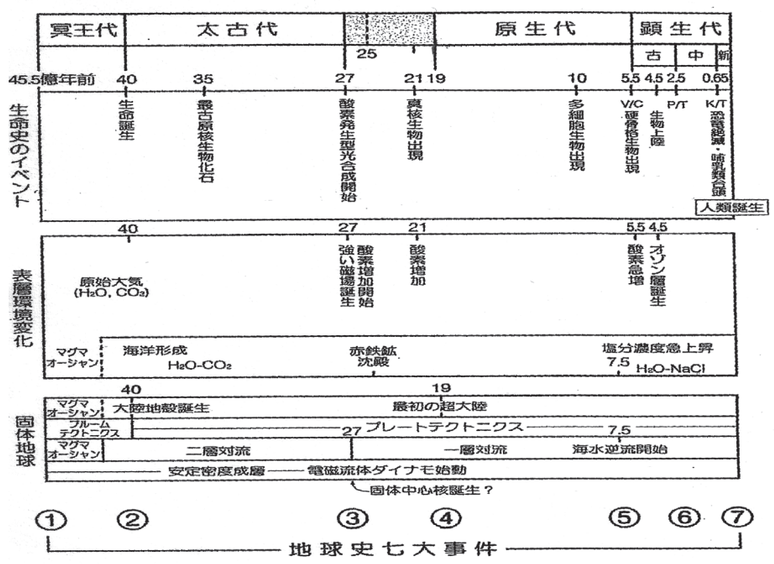
図3　人体は体液の中に器官が漂う袋状の「生きもの」

図4　生命と地球の共進化

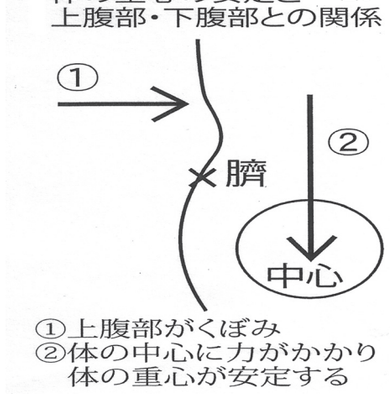


生命と地球はともに影響し合いながら進化してきた

表3　地球史年表



体の重心の安定と上腹部・下腹部との関係　図5



①上腹部がくぼみ
②体の中心に力がかかり
体の重心が安定する

注

注1　藤田恒夫（ふじた　つねお、1929～2012年2月6日）
東京大学医学部卒業　日本の解剖学者、内分泌学者。新潟大学名誉教授　日本ペンクラブ会員
生命科学各分野の一流研究者を編集同人に迎えた科学文芸誌「ミクロスコピア」を26年にわたって編集しつづけ、2007年に科学ジャーナリスト賞を受賞した。

注2　ジュール＝アンリ・ポアンカレ（1854年4月29日～1912年7月7日）
フランスの数学者。数学、数理物理学、天体力学などの重要な基本原理を確立し、功績を残した。

注3　ルネ・デュポス
1901年フランス生まれのアメリカの微生物学者、実験病理学者で、ニューヨークのロックフェラー大学名誉教授。1969年著書So Human an Animalに対してピューリッツァ賞受賞。1982年没

注4ルネ・デュボス・「人間の治癒力」より引用（『笑いと治癒力』　ノーマン・カズンズ著、松田銑[訳]　岩波現代文庫ページ186）

注5　「科学と医学の関係について」
科学は無数の自然現象の中から、科学が取り扱いできる部分だけを抜き出してなりたっているという事実があります。
自然という「全体」の「一部」から取り出した科学的法則を手段に使って、自然や「生きもの」である人間の「全体」を判断すること自体に限界があることを、わたしたちは認識しておく必要があります。
その近代科学の影響を現代医学は強く受けています。（『科学と医学』石垣邦彦著より抜粋）