日本国民への提言 ㊲

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
FAX072（991）4498
ホームページアドレス
http://www.tamagobl.com/

たまご理論で病気のしくみを考える

介護不安「長生きが怖い」

高齢者の「死」を防ぐことはいいことか

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

前回、日本の医療が陥っている構造的な問題は

①高齢者の「老化」と「死」は、子孫により良い「いのち」をつなぐ大切な役割であるにもかかわらず、高齢者の「死」を防ぐことを医療の目的としてしまっていること。

②老化と長年の生活の歪みの「結果」としての病気である多種類の慢性疾患を、

一　人間の生活とそれぞれの慢性疾患との関係

二　「からだ」全体の「はたらき」とそれぞれの慢性疾患の関係

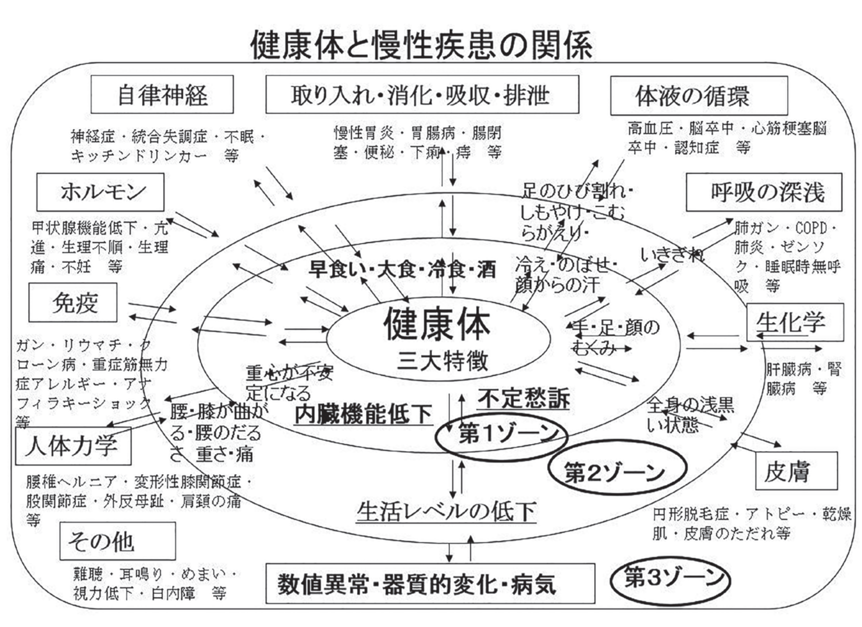
三　それぞれの慢性疾患にいたる「原因」・「経過」・「結果」の過程と関係を診ずに、その関係を「分断」して、「結果」と「部分」という枠組みの中で、「個別」に一つひとつ「高度な医療機器」を駆使して診断・治療していること（図1）。

③高齢者の多種類の症状に、毒性のあるクスリを中心にして、個別に一つひとつ投薬して対応していること。

にあること（注1）を述べました。

そして、現在の日本の医療がおちいっている構造的な問題の一つである③の「高齢者の多種類の症状に、毒性のあるクスリを中心にして、個別に一つひとつ投薬して対応していること」について前回、抜本的な対策を述べました。

図1　健康体と慢性疾患の関係


健康体と慢性疾患の関係
自律神経
神経症・統合失調症・不眠・キッチンドリンカー　等
取り入れ・消化・吸収・排泄
慢性胃炎・胃腸病・腸閉塞・便秘・下痢・痔　等
体液の循環
高血圧・脳卒中・心筋梗塞脳卒中・認知症　等
ホルモン
甲状腺機能低下・亢進・生理不順・生理痛・不妊　等
呼吸の深浅
肺ガン・COPD・肺炎・ゼンソク・睡眠時無呼吸　等
免疫
ガン・リウマチ・クローン病・重症筋無力症アレルギー・アナフィラキーショック　等
生化学
肝臓病・腎臓病　等
人体力学
腰椎ヘルニア・変形性膝関節症・股関節症・外反母趾・肩頸の痛　等
皮膚
円形脱毛症・アトピー・乾燥肌・皮膚のただれ等
その他
難聴・耳鳴り・めまい・視力低下・白内障　等
足のひび割れ・しもやけ・こむらがえり
冷え・のぼせ・顔からの汗
いきぎれ
早食い・大食・冷食・酒
健康体
三大特徴
手・足・顔のむくみ
重心が不安定になる
腰・膝が曲がる・腰のだるさ　重さ・痛
全身の浅黒い状態
内臓機能低下
不定愁訴
第1ゾーン
第2ゾーン
生活レベルの低下
数値異常・器質的変化・病気
第3ゾーン

ROB医療で介護不安を解決する

非常に大事な視点なので、この部分は前月号をくりかえします。

平成30年1月12日読売新聞朝刊に次のような人生相談が寄せられました。

「60代女性。長生きするのが怖くて仕方ない。子どもは自分の生活に精いっぱいで、介護はしてくれないだろう」

健康長寿を求めてきた人類が、その求めてきた長生きが達成されると、苦しみだすことになってきたのです。

なんたる矛盾でしょうか。求めてきた長寿が達成されたとたんに、そのために思い悩むことになってきたのです。

人間とは何か。長生きとはどういうことか。

科学、医学とは？

科学・医学が発展して人間はどうなるのか。

大きな疑問が生じます。抜本的な解決が必要です。

わたしたちは、新しい画期的な科学的発見、例えば、iPS細胞が先端医療として発展しよりオーダーメイドな創薬がなされたり、臓器移植がより安全で簡単になれば老化と死をまぬがれ、幸せになるのではないかという安易な幻想をもちがちです。

しかし、冷静に現実をみると40億年つちかってできあがったシステム＝「からだ」の「しくみ」を、先端医療が変えるものではありません。つまり「生まれ・成長し・子を育て・老化し・死にゆく」人類という生きものに備わった「からだ」の「しくみ」を変えるものではないのです。

誤解を恐れずに単刀直入に言えば、いわゆる先端医療は「からだ」の「しくみ」に穴があいて修復不能になった状態をふさぐ役割なのです。決して「からだ」の「しくみ」を変えるものではないのです。

分かりやすく言葉を変えていえば、先端医療は非常によくできた最近のおしめであり、日常生活をおくるに非常にありがたい老眼鏡の役割なのです。

ここでわたしたちが認識すべきことは、人類の幸せは、人間のよりどころは40億年つちかってできた「からだ」の「しくみ」を生かすことだということです。

「からだ」の「しくみ」を生かしさえすれば「生まれ・成長し・子を育て・老化し・死にゆく」人生の流れをうまく乗り切ることができるからです。

《介護不安「長生きが怖い」》＝みなさんの不安を解決するためにも、先ずは日本の医療と国の現状を再認識してゆきましょう。

大事な視点ですので、その抜本的な対策と効果を要約しておきます。

【高齢者への投薬に対する抜本的な対策と効果】

①一人ひとりがクスリを使わなくてよい健康な体作りをすること（注2）。

②クスリの使用は、最終手段と心得ること（注2）。

③制度として、国が許認可するクスリの監視を強めること、監視できる人材・組織の育成、それを評価する社会的仕組みを整える必要があること（注2）。

④ROB医療とそれにもとづく日常生活処方で「健康体の特徴」＝「上腹部の柔軟度」にやわらかい状態が生まれると、クスリを必要としない健康な「からだ」となること（注3）。

⑤それによってクスリに要する費用は確実に減らすことができ、削減できた費用を医師・看護師・医療関係者の技術料に大幅にアップできること（注3）。

⑥クスリの副作用は必ず激減すること（注3）。

を述べました。

今回は、3点の構造的な問題の内

①高齢者の「老化」と「死」は、子孫により良い「いのち」をつなぐ大切な役割であるにもかかわらず、高齢者の死を防ぐことを医療の目的としてしまっていること。

について抜本的な考えを述べてゆきます。

【「老化」と「死」は、「いのち」をつなぐ大切な役割】

本紙で繰り返し述べてきたように

※「生きもの」である人間が「生きる目的」は、「いのち」をつなぐことにある。

どんなに科学技術が発展しても、「いのち」をつなぐその「からだ」の「しくみ」は変わりません。どんなに年月を経てもその本質は変わりません。1000年や1万年で「からだ」の「しくみ」が変わるものではないからです。その意味で先端医療がどんなに発展しても「いのち」をつなぐその「からだ」の「しくみ」は変わらないのです。

※「からだ」の「しくみ」とはなにか。

2月15日号でお話しさせていただいたように人間は「生きもの」です。その「からだ」の「しくみ」は全人類共通です。

その「からだ」の「しくみ」は大きくは老若男女＝生まれたて～お迎えがくるまで、あまり変わりません。それは全人類に共通です。

※「からだ」の「しくみ」の基本（図2）とはなにか。

原始の単細胞より「からだ」の「しくみ」の基本は、その「はたらき」の基本は「入り・出」です。つまり、細胞内の活動だけでは「いのち」をつなぐ必要なものをまかなえません。つまり生きぬくことはできません。細胞自体の「いのち」のつなぎはできないのです。

「いのち」をつなぐために、必要なものを細胞の外から取り入れる必要があります。また、消化・吸収し、細胞内での活動に、つまり「いのち」をつなぐことに供する必要があります。

また、そこで生じた不要なものを細胞外に排泄する必要が生じます。

その現象は、細胞内の体液の移動を通して行われます。体液の移動がその現象（取り込み・消化・吸収・排泄）の原動力と言えます。原始の単細胞であろうと60兆の細胞よりなる人体であろうとその「からだ」の「はたらき」の基本は変わりません。

人体にとって、取り入れは口・鼻・皮膚であり、排泄は、口・鼻・皮膚・肛門・泌尿器です。そして、60兆の細胞内での移動は体液です。主な体液は血液です。呼吸が止まれば「いのち」のつなぎは5分ももちません。血液循環が止まれば、「いのち」のつなぎはできません。食べられなければお迎えも近いことになります。

「入り・出」は「からだ」の「しくみ」の基本であるとはその意味です。そして体液の移動を仲介役・原動力としてその「いのち」をつなぐ役割＝現象は行われています。

※その意味で「生きる」とは、「入り・出」の「はたらき」ができているということ。

よりよく「生きられる」とは「入り・出」の「はたらき」がスムーズであること。

※「入り・出」の「はたらき」がスムーズであるときは「上腹部」がやわらかい状態であるという特徴があること（図3）。

※「上腹部」がやわらかい状態では、「呼吸・循環・自律神経（心の安定度）・人体力学（姿勢・体の動き）・内臓全般の動き」がととのっていること（表1）。

※そして「からだ」の「しくみ」には、さらに大きな「しくみ」があること。

その大きな「しくみ」とは、「入り・出」が止まること。「入り・出」が止まる「しくみ」が「からだ」に備わっていること。

つまり、「からだ」の「しくみ」の基本である「入り・出」の活動が止まることとは、その細胞の、その「生きもの」の活動を止めることです。

※「からだ」の「しくみ」の基本である「入り・出」の活動が弱まり・止まることとは、その細胞の、その「生きもの」の活動を少なくし・止めること、それこそが「老化」と「死」であること。

※「老化」と「死」とは、「いのち」をつなぐこと。

人間のような多細胞生物である「生きもの」にとって「老化」と「死」は「いのち」をつなぐために、あるべき・まっとうな・定められたことです。

「老化」と「死」は、次の世代に「いのち」をつなぐための前向きな「からだ」の「しくみ」です。

それは、ある環境に適応した「生きもの」は、その環境に適応したということであっても、環境が変わった場合、その「生きもの」が新たな環境に適応できるかどうかは定かではありません。

実はそのリスクを乗り越えるために「生きもの」には「老化」と「死」が「からだ」の「しくみ」として設定されているのです。

より多くの多様な適応性のある子孫を育て、地球環境が変化した場合にも対応できる状態を次の世代にバトンタッチするために「老化」と「死」があるのです。

※「老化」と「死」は、「生きもの」と「地球」が共に進化（図4）することによって生まれたすばらしい「からだ」の「しくみ」。

その意味で「死」は終わりではなく、子孫を含めたその「種」にとっては新たな始まりです。

ヒトという「生きもの」である「種」が新たな地球環境の変化によりよく適応してゆくためのスタートになるのです。

「老化」と「死」は、特に「死」は個人にとっては悲しいことですが、ヒトという「種」にとっては新たな環境に適応してゆくための前向きな役割なのです。

例えば、有性生殖を行う動物である人間にとっては、オスとメスのそれぞれの長所がかけあわされて新たな能力を持つ子孫ができます。

両親にはない別の能力を持つ子孫ができるのです。

その意味でより多様な能力を持つ子孫が数多くできることになります。その多様性そのものが、地球環境が変わった時などに、その「種」の適応できる幅が広くなり、その「種」の「いのち」をつなげる確率が高くなるのです。個々には悲しい「死」ではあっても、「種」としては「いのち」がつながり生きのびることができる「からだ」の「しくみ」となっているのです。

※「老化」と「死」は「いのち」をつなぐ大切な「からだ」の「しくみ」。

「老化」と「死」はわれわれ「生きもの」である人類に備わっている「いのち」をつなぐ大切な役割です。

そのため、「老化」と「死」に直接かかわる高齢者はその意味を自分の事として考え、自分の「からだ」を通して腑におとす必要があります。

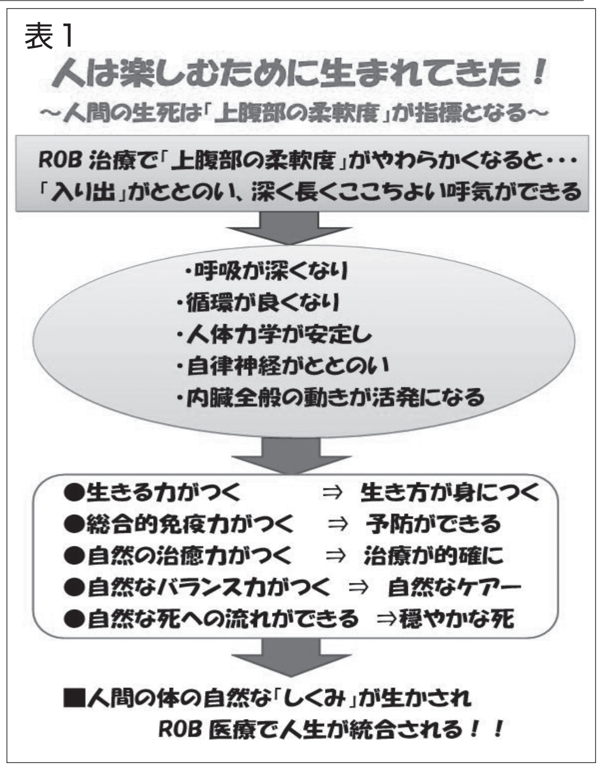
ご自分がなにを目指して生きているのかを「からだ」を通して感じ取り確認する必要があるのです。

そのことを他人事にし、自らの感性をもてなく医療に丸投げしてしまうことは、自らの「いのち」を投げ出すことになってしまいます。丸投げされた医師にその能力と責任はありません。

「死」を防ぐことばかりを医療が行うことは大きな解決できない矛盾を含み、「死」を迎えるものにとっても、大きな苦しみを背負い込むことになります。「死」を迎えることにつけてかかわりのある医療関係者・救急救命士・介護士・家族などにとっても後味の悪いものが残り、次の世代への「いのち」の引継ぎ方がなりたたなくなります。

次回は、そのことについて一人の悩みある人間としてどう考え、どう解決してゆくかを述べてゆきたいと思います。

表1



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

ROB治療で「上腹部の柔軟度」がやわらかくなると・・・
「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医療で人生が統合される！！

図2　「からだ」の「しくみ」の基本

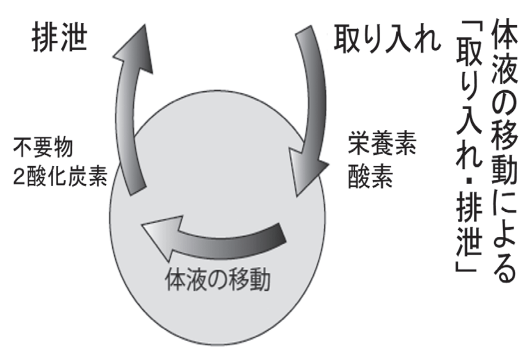
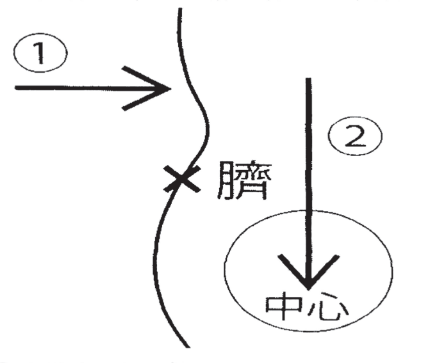


図3　上腹部・下腹部と呼吸・循環・自律神経・人体力学・内臓全般との関係

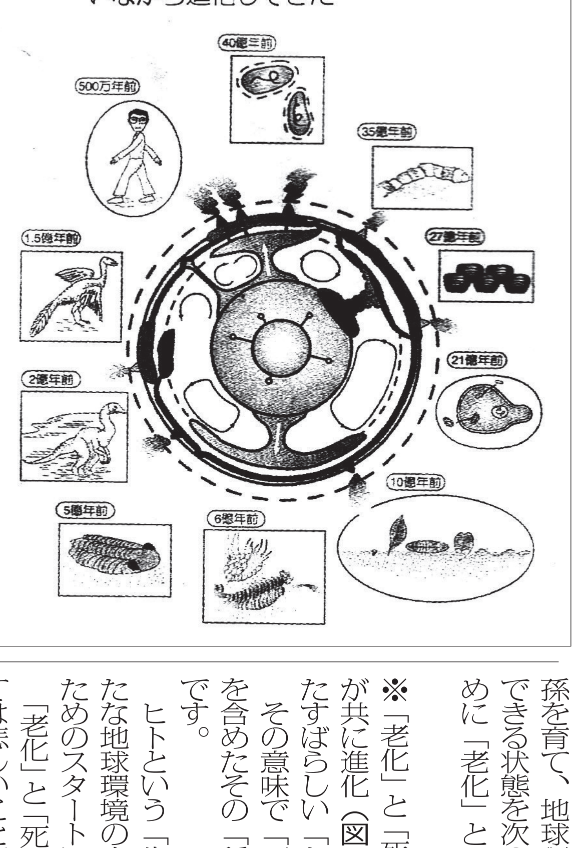


①上腹部がくぼみ

②下腹部の体の中心に力がかかる状態が生まれると、「呼吸・循環・自律神経・人体力学・内臓全般」の動きがととのう

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



注1　本紙平成26年6月15日号・30年3月15日号参照

注2　2012年7月21日たまごビル健康講座『薬物治療からみたあるべき医療』参照

注3　2012年10月13日たまごビル健康講座『薬の副作用にどう対処するか（特に高齢者に対する）』参照