

文化部 ☎ 075(241)6125 ✉ home@mb.kyoto-np.co.jp

目指せ漢方医の技再現

専門医以外には難しいとされる漢方独特の診断法を、ITを活用して広く普及させられないか。漢方の診断支援システムの開発が、厚生労働省などの研究費で2008年から進んでいる。目標は、国際的にも分かりやすい診断の標準化。まだ道半ばだが、完成すれば漢方がもっと身近になりそうだ。

現在、健康保険で使える漢方薬は約1500種。業界団体の調査によると、日常診療で漢方薬を使用している医師(眼科、美容外科など)一部の診療科を除くは約9割に上る。10年末時点の医師数(約29万5千人)に単純に当てはめると、全国で26万人以上が漢方薬を処方している計算だが、日

識がないまま、西洋医学の薬の代用としてわずかな漢方薬を使っているのが実態」と研究代表の渡辺賢治慶応大教授(内科と漢方が専門)は話す。

IT活用 診断支援へ

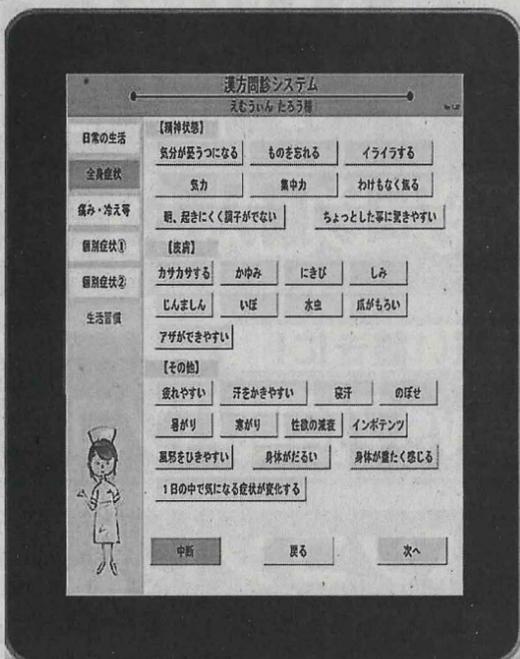


渡辺賢治 慶応大教授

本東洋医学会が認定した漢方専門医は2千人余り。「大半は専門的な知識

患者は画面に表示される「イライラする」「暑がり」など数百項目の質問や選択肢への答えを入力。漢方専門医による診断結果と照合することで適切な診断につながる問診項目を絞り込んでいった。データの集積は10年

その第1段階として、患者が自分の自覚症状や体質を、タブレット端末などのタッチパネル式画面で入力する「問診システム」を製作した。



患者が自覚症状などを入力するタブレット端末の画面(渡辺賢治氏提供、液晶画面は、はめ込み合成)

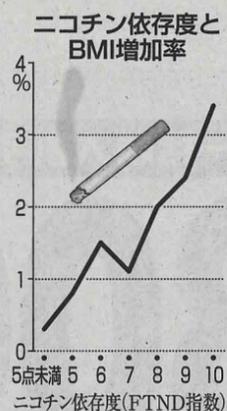
患者は画面に表示される「イライラする」「暑がり」など数百項目の質問や選択肢への答えを入力。漢方専門医による診断結果と照合することで適切な診断につながる問診項目を絞り込んでいった。データの集積は10年

禁煙 ニコチン依存 強いほど体重増

禁煙に伴う体重の増加は、ニコチン依存の度合いが強い人ほど多いと、国立病院機構京都医療センター(京都市伏見区)の長谷川浩二部長らが米科学誌プロスワンに報告した。禁煙外来でたばこをやめた186人を分析した。

体重増加は、それが嫌で禁煙できない人も多いほど悩ましい問題。今回の結果は、太りやすい人を事前に把握し適切な支援をすることで、禁煙の成功率を高めるのに活用できそうだ。

研究は同センターで2007~11年に禁煙に成功した男性132人、女性54人が対象(平均59歳)。初診時と、健康保険による治療が終了する3カ月後の体重の変化を体格指数(BMI)で表し、ニコチン依存度との関係を見た。3カ月後に被験者のBMIが平均0.4(体重は同1.1kg)増加したが、全



体依存度が高い人ほど禁煙後のBMI増加率が大きかった。大半がニコチンパッチか、ニコチンと似た作用を示す飲み薬のいずれかを使ったが、薬の種類による差はなかった。

ニコチン依存度の判定には、国際的に広く用いられるFTND指数を使った。日本の保険診療では別のテストを使うが、いずれもたばこを我慢するつらさなどを基に評価するもので、結果はおおむね一致するという。

禁煙するとなぜ体重が増えるのかについては、完全には解明されていないが、ニコチンの離脱症状であるとの説が有力で、禁煙後時間をかけて徐々に元に戻るという。長谷川部長は「ニコチンパッチなどを使った禁煙は、何も使わない場合に比べ体重増加は少ないので、依存度が高い人は薬を上手に使うのが有効だ」と話している。

証の診断が多い、少ないといった、いわば「癖」のような傾向が見つかり、客観的な基準の確立にはさらに検討が必要だが、渡辺さんらは、これまでの成果を基にシステムの改良を続ける方針だ。

漢方診断の標準化を渡辺さんらが目指す背景には、別の事情もある。日本では独自に発展したが、その結果、中国や韓国の伝統医学と違い、

西洋医学を学んだ医師が漢方を用いるという質の高い医療が行われている上、日本製の漢方薬は品質が安定し安全性も高いという特長があり、世界に積極的に発信できる可能性があると渡辺さんは指摘している。

サプリメントの弱点は補給しきれない点。効果を発揮できないという点です。例えば、骨粗しょう症はカルシウムの不足だけでなくビタミンB6、B12、C、D、K、葉酸の欠乏もその一因になります。これに対しマルチビタミン・ミネラルを補給すればその予防の一端は担えますが実感は残念ながら得られません。

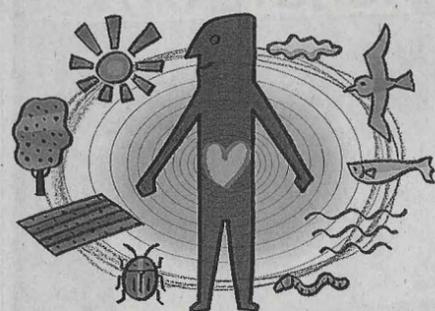


イラスト 山本重也

サプリメントの保存性は数カ月から一年以上のものもあります。災害時など食事が手に入りづらい状況下では、多大なストレスで体内のビタミン

一方、野菜の弱点は、時間の経過とともに急激に鮮度が落ち、同時に栄養価も激減する点です。

野菜の弱点は、土壌の栄養不足、肥料の過剰、農薬の残留、収穫後の処理など、私たちが健康にも悪影響を与えます。

人間が生きていくためには、自分だけでなく自分を取り囲むあらゆる外部環境も自分の一部であるというホリスティックな認識が必要で、それは精神代謝の材料をお話した、自分以外の人間環境とつながり、大量の農薬や肥料がまかれればそれは野菜を通して私たちの(稲毛病院健康支援科部長)

野菜の弱点

要求量が高まります。災もいと思います。害対策にマルチビタミン・ミネラルを準備しておいて、ター野菜の弱点です。

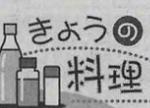
心身一如

万病息災への旅 佐藤 務

すく、味、食感、栄養価、日持ち、味、食感、栄養価、日持ち、味、食感、栄養価、日持ち

体内に入るのです。私たちが取り囲む全ての環境を守らなければ人間の健康も守ることはできません。地球の環境、そこに住むあらゆる生き物の環境に配慮することも健康づくりの一環と言えます。そう考えますと畑にやってくるさまざまな虫や生き物も仲間のような気がしてきます。

鶏胸肉200g、ナス2本、シントウ4本、唐辛子輪切り少々を用意します。ナスはへたを取って縦半分に切り、斜めに細かい切り目を入れて4個くらい一口大に切り、軽く塩、こしょうをかけ、酒大さじ1を振りまきます。シントウは軸を切り落とし、ナスは油でさっと揚げます。鶏肉にたかり粉小さじ1をまぶして、熱湯に5~6秒入れて取り出します。



鶏肉とナスのピリ辛煮