



ドクター板東の メディカルリサーチ Vol. 97

～心身を 心療内科で 癒す今～

<http://pianomed-mr.jp/>

大河ドラマ
「八重の桜」
が毎週楽しみ
であった。新

島八重は「幕
末のジャンヌ
・ダルク」と

呼ばれ、若い頃の生き甲斐
は鉄砲。その後、京都にお
いて同志社を支え、彼女の
武器は知識と教育へと変貌
することに。

先日の放映で、私は驚いた。八重は白衣を身にまと
い、篤志看護婦として戦争
の負傷兵を担当。危険にひ
るまず、勇敢な仕事と統率
力が高く評価され、皇族以
外の女性では初めて、宝冠
章を受勲したのである。

それにも、主演の綾
瀬はるかさんは魅力に溢れ、
その言葉や行動に、私はし
ばしば心を揺さぶられた。
そして、現代の人々が忘れ
つゝある大切な価値感を思
い出させてくれたことも少
なくない。

八重は和と洋の価値感を
十分に理解して吸収し、新
しい認識や思想を生み出し
た。このようなパラダイム



心療内科の時代

八重は「和魂洋才」のエ
リートであったといえよう。
そして、我が国の医学・医
療を振り返ると、同様の流
れがあったようだ。つまり、
赤ひげの魂を基盤に有しな
がら、優れた西洋医学を学
び、諸外国のレベルまで追
いついてきた。

それでは、医学と医療の
流れを簡潔に示す。近代医
学は、研究が進むとともに、
マクロからミクロの方向に
分析が進んでいった。分析
(analysis)とは、すべて

のものをパーツに小さく切
り刻んで、病態生理を解析
していくことである。

かつての医学者は、人の
骨格や骨相と、病気や性格
などとの関係を研究するこ
とも。当時はこのような研
究しかできなかつたのであ
る。しかし科学技術の発展
によって、顕微鏡を使って
ミクロの世界を観察できる
ことに。そして、現在では
電子顕微鏡の研究や、遺伝
子の研究までが普通の時代
になつた。研究の価値とは
電子顕微鏡の研究や、遺伝
子の研究までが普通の時代
になつた。研究の価値とは
微細なレベルを明らかにする
方向性であつた。

たとえば、外科の場合、
最初はメスを使う領域すべ
てを含んでいた。しかし、
今では、脳外科や胸部外科、
腹部外科、整形外科と分か
れる。整形外科だけでも、
脊柱、関節、スポーツ、リ
ウマチの各専門とさらに細
分化してきた。

患者を診療する際に、臓
器別に診ていく視点を反省
し、そこから生まれてきた
のが、プライマリ・ケア医
学である。つまり、人を全

シフトについて（図1）、
今回は触れてみたい。

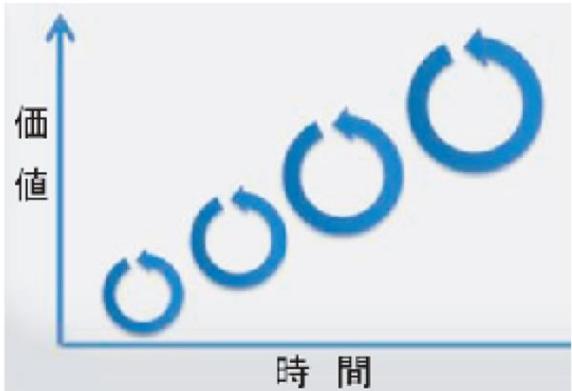


図1



図2

プライマリ・ケア

科学であれば、それでよ
いかもしねれない。しかし、

科学であれば、それでよ
いかもしねれない。しかし、

体像として全人的に診る重
要性を示した。

心療内科の時代

プライマリ・ケアと同じ
ように、身体と心の両者を
大切に扱ってきた領域があ
る。「心療内科」あるいは「心
身医学」であり、次第に広
がってきた。

そもそも、九州大学教授の池見西次郎先生が始められ、日本の心身医学、心療内科の基礎を築かれたのである。その流れをくむ方が、現在全国でさらなる展開を継続してきている。その中に音楽療法も含ま



図 3

ことである(図3)。

このたび 第18回学術大会が名古屋で開催された(図2)。大大会長の芦原睦先生が強調されたのは「心療内科の医師は、聴診器で身体を診察し

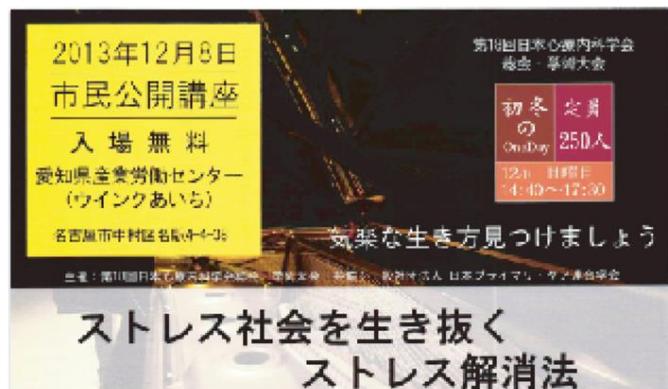


图 4

学会も次第に発展してきた。名古屋大会では学術的なプログラムに加え、一般市民対象のレクチャーも企画され

いま、私たちの生活は、かつてとは異なりあまりに多くのストレスに晒されている。多くの人が体調を崩し、心のコントロールができなくなっている。どうすればよいのだろうか？

市民公開講座では、本学



図 5

芦原氏は、かつてNHKの「中学生日記」のレギュラーを務めた経歴を持つ。当時の映像を拝見すると、風貌は変わらない。ずっと身体は大きく、顔も大きくそして態度もでかい。一方纖細でデリケートな感性を有するのが素晴らしい。

また天保氏も、オールマイティーの能力で活躍中だ。太つ腹のheart、鋭いmind、崇高なspiritを持ち、どんな患者にもうまく対応できるのが特徴だ。

会の中でも、面白いキャラを有する3名が担当する」と(図5、6)。



图 6

パラダイム・シフト

以上のように、八重の時
代、和魂洋才のスピリット
が展開して医学や医療にも
影響し、プライマリ・ケア
や心療内科の誕生につなが
つてきたと思われる。

身に変調をきたしたときに
は表1（芦原、改変）が参考となるだろう。社会の変革とともに、医療の姿も変わっていく。今後は、身体と心を治す「心療内科」へのパラダイム・シフトが予想される。

表1 ストレスに関わるファクター	
ストレスがなくなる	ストレスが残る
自分が好き	自分が嫌い（自罰）
よく笑う	よく怒る
楽観的	悲観的
感謝する	不平・不満が多い
事実のみを考慮	悪い想像を循環
他人を思いやる	他人を責める（他罰）
他人を許す（寛大）	するべきと考える
協調する	一人で抱え込む
妥協する	白黒を決める傾向
自己実現	自己否定

表 1

(板東浩、ばんどうひろし、
医学博士、糖尿病専門医、
ピアニスト)