

# 東洋医学を

## 正しく理解しよう

関心の高い割に誤解されていることも多い「東洋医学」。スッキリと理解していただきましょう。

編集／医師35人の合同編集委員会  
事務局／ロハスメディア  
監修／渥美和彦 日本統合医療学会理事長  
渡邊賢治 慶応義塾大学准教授  
イラストレーション／浦本典子

### 世界の見方が 違います

**東** 陽」とか「氣の流れ」とか、目に見えない確かめようのない概念が出てきて、煙に巻かれたような気持ちになる方が多いと思います。一般

の医療者の中に毛嫌いする人が結構いるのも、その辺りの怪しさが原因でしょう。

しかし東洋医学を迷信と決めつけるのは早計です。無理に理屈で説明しようとするから、怪しく見えてしまうだけなのです。

実は、基本原理（理屈）と世の中の現象との因果関係を説明し、それによって物事を理解しようとするのは、西洋科学とその背景思想である実証主義の特徴です。日本の学校教育も実証主義で行われてきた結果、我々は何か未知のものに出会った時、無意識に基本原理を問うてしまうところがあります。

しかし東洋医学は、そもそも実証主義的に発展してきていないので、基本原理を探すと訳が分からなくなりますが、と言われても、訳が分からないことには変わりはないかもしれません。現代医学と比較すれば、少しは分かりやすくなるでしょうか。



さて、現代医学は完全に西洋科学の系譜に連なっていますので、人体や病気を、根本原因まで遡って把握し、そのうえで原因を取り除く治療を組み立てようとしています。

科学的に根本原因を探ろうとする思想の表れが、血液や尿、心電図や血圧、あるいは画像など様々な検査です。「医者が検査データばかり見て、私を見てくれない」という苦情を新聞の投書欄などで目にすることがあります。誰が見ても同じ結論の出るのを良しとするのが科学ですが、客観的なデータを重視す

るのは当たり前かもしれませんが、

客観的な指標に基づいて医療行為が組み立てられる結果、後から妥当性を検証することもできませんし、教育と普及にも向きません。一方で臓器や原因ごとの専門化・細分化が進むことにより、全人的把握が苦手になる危険性があります。対する東洋医学は、誰が見ても同じ結論にはなりません。先人たちによって長い年月をかけて蓄積されてきた経験を根拠に、人間にこういう現象が起きた時にはこうすれば良

い、途中の経過や理屈はブラックボックスで良いという態度だからです。

そのブラックボックスの部分を後知恵であれこれ説明する際に非科学的な解釈が入り込むことも多く、結果として理屈に関しては怪しげになってしまったのです。

ブラックボックスを認めるのはインチキ臭いと思うかもしれませんが、現代科学をもつてしても解明できていないことはまだまだ多く、現代医療にだって、理屈の分かっていないブラックボックスの部分はたくさんあります。

# 東洋医学は とにかく観察します

一般に東洋医学といった場合、中国で発展してきた「中医学」と、インドで発展した「アーユルベータ」があり、それらが江戸時代以降の日本で独自に進化したのが「漢方」と「鍼灸」ということになります。

たぶんご存じと思いますが一応説明しておく、漢方は生薬を内服することによって体の中から、鍼灸はハリを打ったりお灸を据えたりで体の外から働きかけます。

さて、これらの東洋医学に共通し、しかも西洋医学とハッキリ異なるものは、診断の仕方です。前項で、ブラックボックスを認めるのが東洋医学の基本的態度だと説明しましたが、その思想は診断方法

効いているのか今ひとつ判然としないところがあります。でも経験的に効くと言われていたのだし、実際に効けばいいじゃないかというわけです。ハリや灸についても、結局のところ何がどうやって効果を上げるのかよく分かっていません。でも実際に効くのなら、それで結果オーライなのです。

このため、原因と症状の因果関係がハッキリしている疾患については、原因に直接働きかけることのできる西洋医学に、どうしても切れ味の面で劣ることになります。

でも逆に、原因不明の症状の場合、西洋医学はお手上げになつて、「精神的なもの」で片づけられてしまう場合も少なくありません。

しかし前項でも述べたように、世の中のほとんどのことが分かっていないという前提に立つと、原因不明というのは原因がないことではなく、分からないだけ、分かる方法

に象徴的に表われています。

西洋医学が、血液だ、尿だ、体温だ、血圧だ、X線だ、超音波だと同様な方法で様々なものを検査して、体の内部の様子を見よう、症状を客観的な数値で表そうとしてきたの

に対して、東洋医学では外から得られる情報だけを、五感をフル稼働させて主観的に観察します（05年11月号「漢方特集」およびコラム参照）。

ただしそれは、体の中を調べない方が効果的だからとい

うことではなく、昔は体の中を調べる方法がなかったので、仕方なく観察を発展させてきただけと思われれます。要するに、分からないものは分からないのだから、分かるものを最大限生かして何とかするしかないという割り切りのうえに成立しているわけです。

その割り切りは、治療行為についても存在していて、たとえば漢方の生薬は、自然由来の複合製剤ですから、その中に含まれる何がどうやって



## 東洋医学の知恵 四診とは

肉眼で状態を観察する「望」、体に触れて診る「切」、咳や声を聞きにおいを嗅ぐ「聞」、患者の主観的訴えを聴く「問」の四つで情報収集し、過去から蓄積された事例にあてはめて「こういう治療をするべし」と診断します。

医療者と患者とのコミュニケーションが濃厚ですね。病気によっては、この診断だけで治ってしまうかも？

# 賢いつきあい方は？

## 最

後は、いつものように東洋医学との賢いつきあい方を考えてみましょう。どんな分野についても言えることだと思いますが、歴史を経て残っているものが複数ある時、一個がすべての面で優れているということは通常あり得ません。何が何でも東

洋とか西洋とか決めつけるのではなく、東洋医学、西洋医学それぞれの得意に応じた使い分けが肝心です。では、それぞれの得意とは、どういったことでしょうか。大前提になるのは、現代の日本では西洋医学が一般に普及しており、健康保険も西洋

医学を前提に組み立てられていること。肉体的に見ても経済的に見ても、受診の入り口は西洋医学で構わないのではないのでしょうか。そして西洋医学で対応できるものだったら、東洋医学に頼る必要はないでしょう。でも西洋医学ではどうもシ

ツクリ来ない、うまくいかない、相性が悪いという場合も出てくるはず。その場合、東洋医学を試してみる価値はあります。西洋医学的に検査をしつかりしたうえで、まずは保険の効く東洋医学から使い始めるのが賢明です。ただし注意してほしいのですが、東洋医学の診断（「治療」と西洋医学の病名とは、必ずしも対応していません。たとえば漢方薬の何がどう効いているか分からないのです



から、この病気にはこの薬と対にやめてください。使い方を誤れば命にだってかかわります。必ずその道の専門家を受診しましょう。また、やってみなければ効くか効かないか分からないということは、効果がなくて西洋医学に戻らざるを得ないかもしれないということですが、主治医に無断で試すのは得策でありません。輸入漢方薬を独断で飲むなど、もつてのほかです。

ここまででは東洋医学と西洋医学とを完全に分離したものと説明してきました。でも本当は、互いにいいところ取りをしたって構わないはずですよ。既に医療の現場では、西洋医学と東洋医学を統合して、より良い医療を提供することが始まっています。それが、統合医療といわれているものです。たとえば、お腹のがんの手術後に漢方薬を用いると回復が早まり、合併症としての腸閉塞の発症を軽減するとか、

抗がん剤の副作用を軽減するなど、いくつかの領域で両方をうまく使うと治療上のメリットがあると分かっています。

東洋医学はいろいろな疾患に使えますので、一度主治医に相談してみたいかがでしょうか。

## ツボとは？

皆さん、ツボの存在はよくご存じでしょう。では、一体何かと聞かれると意外と困ってしまうのですが、関節のそばで体の内面の歪みが表面まで出てきたところという解釈が一般的のようです。

押すと痛みを感じるのは歪みがあるからで、歪みがなければ痛みもないというこの考え方は、生活実感からは納得しやすいですよ。そして、歪んだ部分に物理的に働きかけ、体の内部に影響を与えようとするのが鍼灸というわけです。

ちなみに生物の体には、恒常性維持機能（ホメオスターシス）といって、外力を無力化するように自ら動く性質があります。これが東洋医学で言うところの「自然治癒力を高める」の正体と考えられています。