

人生 100 年時代を見据えた新時代の医療

『《ジェネラリスト BOOKS》』

外来でよく診る

病気ストレスな症例への生活処方箋

エビデンスとバリューに基づく対応策』

浦島充佳(著)

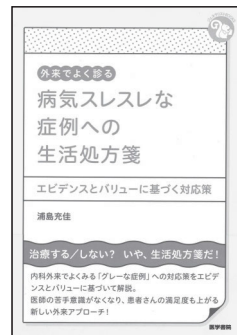
評者：大谷泰夫 神奈川県立保健福祉大理事長

● A5/頁 212/2018 年

定価：本体 3,600 円＋税

[ISBN978-4-260-03593-4]

医学書院 刊



これまでの人間の健康状態を健康か病気かという二分法で区分して対処してきた。しかし、その両者は連続した変化の中で存在している。特に生活習慣病の分野では、人はある日突然病気に陥るのではなく、予兆段階を経て発症し、重篤化していく。こうした流れを念頭に置いて、従来型の健康観とは異なった、個人の自立的意識や予防・回復努力を重視した新しい健康観「未病」が提唱されている。

本書でいう「グレーな症例」への対応策は、まさしくこの未病的な健康観に符合するものと思われる。これはわが国で通例行われている医療スタイル、すなわち公的医療保険が想定する医薬品や手術に依拠する典型的な治

療方法に一石を投じる新時代のスタイルである。治療の手段として、運動や食事療法を重要な選択肢に加えた「生活処方箋」という考え方は、健康寿命の延伸をめざす人生 100 年時代という人生の健康サイクルに目を向けた注目すべき方法論である。

こうした治療方針に際しては、これまでのエビデンスという側面からの不安や不信がつきまといがちであったが、本書においては医学的根拠に基づく治療の実例とアドバイスが、個別の症例に即して具体的かつ豊富に展開されていることが画期的である。

今後の医療現場において、本書の提唱する新時代の医療に理解と共感が広がることを心から期待する。