



痛みの考えかた

しくみ・何を・どう効かす

丸山一男 著

● A5判 頁366 2014年

定価：本体3,200円＋税

[ISBN 978-4-524-26397-4] 南江堂刊

『痛みの考えかた—しくみ・何を・どう効かす』（丸山一男：著）が、南江堂（東京）より出版された。この366頁からなる本は、学術性が本格的に保たれている一方で、遊び心や漫画心が満載されており、「痛みの学術」に親しみを感じさせてくれるものとなっている。電車の中で、またはゴロっと横になって、実に読みやすいサイズのA5判である。専門診療科の医師、患者さんの苦痛と向かい合う看護師、リハビリテーションや放射線技師などのパラメディカルの皆さん、医学生、看護学生、また医療関連ではない一般の皆さんを含めて、幅広い層を対象として、読みやすい内容となっている。

まず、本を開くと、「痛みの道—末梢から脳へ」、そして「痛みの傾向と対策」などという絵心のあるフローチャートが見開き2頁で出てくる。若い頃、人生を考えながら京都の学問の道を歩いたように、また若い頃、大学受験の際に『傾向と対策』などという参考書を使用していたときなどのように、私のような50歳台を確実にキャッチした。この2頁を眺めるだけでも頭がスッキリする。「痛みを感じる?」、「なぜ?」……そのうえで、「自分の痛みはとれるのか?」、「患者さんの痛みはとれるのか?」……このようなことを見開きの2頁に実にわかりやすく、道標としてまとめてくれている。

講義と睡眠時以外は心頭滅却し続ける救急科医である私にとって、火は熱くなく、涼しいのか? いや、心頭滅却しても、火は熱い。心頭滅却が足りないのだろうか? 本書では、まず、ていねいに痛みを評価する問診が紹介されている。例えば、①「どのようなとき、痛みが和らぎますか?」、「どのようなとき、痛みが強くなりますか?」、②「どのような感じの痛みですか? 刺されたようなとか? 電気が走るようなとか?」、③「握

られているようなとか?」、④「痛い場所はどこですか?」、⑤「痛みの強さの評価を評価スケールで調べましょう!」、⑥「いつ頃から痛みますか?」、「一日の中で一番痛いのはいつですか?」などである。痛みによる生活への支障を引き出すポイントが記載されている。

そのうえで、著者は電気生理学に精通している。刺激伝導系の電気生理学的学術の要点を、「運動会におけるリレー」に例えて、わかりやすくまとめている。関連痛、痛みの記憶のメカニズムなどをわかりやすく解説してくれていることは嬉しい。さらに、炎症性分子の電気生理学的修飾作用を、理解しやすいものとして解説している。

さて、実際の患者さんの診療においては、痛みの訴えは多岐にわたり、また使用できる薬剤も限られている。そこで、実際に疼痛緩和をする際には、疼痛の病態生理学的理解が必要である。実際に作用機序の明確な薬剤を使用することで、薬理的に病態評価を行うこともできる。本書では、後半の章で、①交感神経緊張を緩和させる場合、②ナロキソンを使用してオピオイド作用を緩和する場合、③非ステロイド性抗炎症薬(NSAIDs)に期待する場合、④感情や情動を緩和する場合、⑤プラセボを使用する場合、⑥オピオイドに期待する場合など、「痛みに対する治療指針」を計画するために必要なアセスメントの基盤を、診療者に構築できるものとして解説してくれている。

著者は、このようなわかりやすく熟成された痛み管理の知識を用いて、緩和医療の外来を担当されているのであろう。改めて、プロから学ぶことはたくさんあることを実感した1冊である。本書の発刊に、深く感謝する次第である。ぜひ、手にとって読まれることをお勧めしたい。