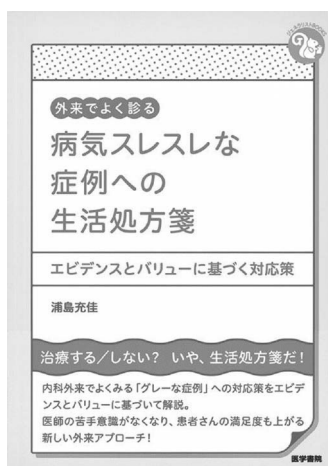


#書評



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

定価：3,960 円(本体 3,600 円＋税 10%)
A5 判・212 頁／医学書院／2018
[ISBN978-4-260-03593-4]

人生 100 年時代を見据えた新時代の医療

評者 大谷泰夫 神奈川県立保健福祉大学 理事長

これまでは、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なかに存在している。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、個人の自律的意思や予防・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。

新時代の医療スタイルを医学的根拠に基づいて

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、運動療法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、健康寿命の延伸を目指す“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、これまではエビデンスという側面からの不安や不信が付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。

