

□ 書評 □

川上俊文 著

図解 腰痛学級

(第3版)

菊地臣一

(福島県立医科大学教授・整形外科)

この本は今の時代が求めている本である。そう断言できる時代背景を考えてみる。まず、臨床現場へのEBM(Evidence-based Medicine)という概念の普及である。高齢化社会に伴う医療費の高騰とともに、医療費の支払い側や医療を受ける側から、医療の内容に対して厳しい目が注がれるようになってきている。腰痛の治療に対しても例外ではない。腰痛の治療や腰痛による職場の欠勤に伴うコストは、医療のみならず製造コストの面からも無視できないほどになってきているからである。

EBMの観点からみると、腰痛の保存療法には、科学的有効性が立証された手技はほとんどないと言われ、現在、再評価の動きが急ピッチで進められている。こうしたなかで、腰痛治療が成功する鍵は、患者さんの抱いている不安や恐怖を除去することと教育であるということが明らかにされつつある。

もう一つの時代背景は、「医療」のパラダイム・シフトである。腰痛の治療を考えるうえでも、医療をめぐる情勢に、最近、明らかなパラダイム・シフトが起きていることに注目する必要がある。「患者は、自分自身の健康に責任を持ち、健康に対する異なったニーズに対応する様々な種類の専門家の助けを必要とし、快く協力してくれる専門家などを探し求める必要がある」、あるいは「医師等は助言を与えることはできるが、健

康を管理する上での重要な責任は国民にある」といったアメリカやカナダでの報告は、その変化を表している代表的なものである。これは、「個人の健康は、自身の責任で守る権利と義務がある」と理解できる。これは、もはやinformed consentのレベルを越えinformed decisionである。

この二つの流れに沿って腰痛の治療を考えてみる。現在は、「患者さんは、腰痛について学び、自ら腰痛の治療の主導権を持つことが望まれる」ということになる。しかも、それが科学的にみても健康な状態に復帰する最短の道でもある。この概念は、まさに腰痛の治療に対する革命であり、腰痛を治療する側にも重い問いかけである。

このような時期に刊行された本書は、まさに、時代と科学が求めている、腰痛の患者さんが自己管理をするための手引書である。患者さんはこの一冊で、腰痛治療に今求められている腰痛の発生機序を知り、恐怖や不安から解放され意識改革を行うことができる。

本書は、世界中で今追試されつつある治療方法の先取りでもある。この本が版を重ねていることは、いかにこの本が世の中に求められ続けてきたかという証しでもある。意識改革のために、患者さんのみならず腰痛に対する医療従事者にも一読を勧める。

腰痛をライフワークにしている人間からみると、この本を読んだ患者さんとそうでない患者さんの1,2年後の腰痛の発生率や支障度、あるいはQOLの差異の有無を知りたいと思う。いずれにしても、日本の腰痛治療の歴史を語るに欠かせない一冊であることは確かである。

● A5 248頁 図93 写真129 表42 1998 定価
(本体3,300円+税) 〒400 医学書院・刊