

大橋俊夫, 河合佳子●著

生きている しくみがわかる 生理学

評者 窪田雅之

東京大学医学部附属病院(医師)

「血液中に UFO が飛んでいる？」

本書の第2章冒頭のタイトルです(p.36)。何を言っているのかわからない人が大半かと思います。しかし、本書を読み進めていけば、自ずと血液中に UFO が存在することが、いかに生理学的に理に合っているのかがおわかりいただけるでしょう。

著者である大橋先生、河合先生は私の学生時代の恩師であり、“自分の身体を教科書に、生きているしくみを実感しよう”を理念として、長年生理学教育に携わってこられました。その哲学は、本書にも惜しむことなく反映されています。

本書は“生きていくうえで感じる身近な疑問”に対して、生理学を用いてすっきりと説明し、そこで得た知識を明日からの日常生活に生かしていくことを目標に編集されています。豊富なイラストとわかりやすい解説により、医療に興味のある一般の方々や、若手医療従事者の皆さんにも楽しんでいただけたと思います。

本書は、「一般生理学」、「植物性機能」、「動物性機能」、「臨床生理学」の全4章で構成され、各章のなかで、日常生活で出会うであろうさまざまな疑問が挙げられています。

例えば「指を切った時の痛みが、時間とともに変化するのなぜ？」という項目(p.157)では、「痛みの伝導路」を生理学の「知識」として知ることと、それを応用して臨床現場で説明することの微妙なギャップを体験することでしょう。その後も「鈍い痛みに対して不安を覚えるのなぜ?」、「痛いところをなでると痛みが和らぐのなぜ?」といった興味深い話が続いていきます。

「ヨガが武道の1つと言われているのなぜ?」の項目(p.82)では、「息を吐く時に一番力が出る」ことを、実際のスポーツと照らし合わせて説明していきます。こうした日常で出会う、ちょっとした疑問を

生理学的に考えていきます。

「寝転がって飴玉をなめると何が起きる?」の項目(p.120)では、寝たまま食べることを例にとり、嚥下反射のしくみをわかりやすく解説しています。この嚥下反射を生かす「あること」を行うだけで、未熟な自分でも内視鏡検査(ファイバー挿入)をスムーズに行うことができました。生理学が実臨床に応用されていることが、実体験をもって実感できた瞬間でした。

本書は「生理学の知識を網羅したいいわゆる成書」ではありません。明日から生かせる「知恵」を楽しみながら得ることができる「新しい生理学の教科書」です。サーカディアンリズム、パラクライン、ステルコビリノーゲン……。確かに、少々難解な言葉も登場します。しかし、丁寧な解説により、抵抗なく読み進めることができるでしょう。少しでも興味をもった方は、まずは目次を眺めてみてください。医療従事者でもそうでなくても、「あー、確かにそうだよね。でも、改めて聞かれると、なんでだろう?」と疑問に思い、好奇心がそえられることでしょう。また、本書を読むことで、そうした好奇心が満たされること請け合いです。

A5判・258頁
定価：本体2,300円+税
医学書院刊、2016年