

論 説 と 話 題

●北里柴三郎先生の『医道論』

先日、国立科学博物館で「北里柴三郎生誕 150 年記念展」を見る機会があった。

北里柴三郎先生はご存じのように日本医師会および日本医学会の創設者の 1 人である。

彼は学問や研究は学者の道楽ではなく、その成果はすべての人に与えられるべきであるという信念を終始持ち続けた人間愛に満ちた人であったが、学生時代に、すでにその思想の芽生えがあったようである。

学生結社「同盟社」を組織して演説活動をしていたときの『医道論』の原稿が展示されていたが、今でも立派に通用するもので、大変興味深いものであった。

彼は医道について、こう述べている。「昔の人は医は仁術、また大医は国を治すといっているが真の医の有り方は国民の健康の保持と安心して国民に仕事をさせることにより、国を強く発展させる事にある。国民に健康法を説いて体の大切さを知らせ、病を未然に防ぐのが医道の基本だ。」という。つまり、予防医学が最も大切であるということだ。21 世紀になって、わが国でもやっと「健康日本 21」という政策を行うようになった。

「日本では昔から医学は賤学とみなされ、大志を抱くものは決して医学を志向しない。医学を賤学と見るのは医道が衰退したためで、医師自身がなした天罰である。

医者という地位にいて勉強せず、ただ自分の生計を目当てに診療する事に満足し、もっぱら権力者や金持ちを相手に、目先のことだけに走って基本を大切にしない。甚だしきは自分の栄華だけを祈る。そうなると、病気が減るより、むしろ増えるのを欲するようになり、仁術どころか医道の賊である。だから識者に軽蔑される。」

耳の痛い話であるが、今のわれわれも反省しなければ、やがては再び医学が賤学に落ちる危険性はあるかと思う。

「今の学生の風潮をよく見ると、その意思是薄弱で、贅沢に走り、うわべを飾るだけで満足している。医学生の全部が金持ちの子ではなく、東大生もその半数は国民の血税を学資としている。国民は日夜辛苦して 1 日も休む暇なく、困窮の中で納税した金なのに、それを無駄使いして知らぬ顔をし、自分たちの実力で学問が進歩するのだから、国が資金を与えるのだと思い違いをしていたらとんでもないことだ。」

医師卒後臨床研修制度や国立大学の独立行政法人化で揺れている 120 年後の今を見透かした警句であると思う。

また、彼の若き日の医学に対する悲憤慷慨は、医療不祥事の多くなってきた昨今では新鮮であり、医学生もわれわれ医師も彼の言葉を肝に銘じる必要がある。

(栗原伸夫)

●サラリーマンの健康と生活意識

技術の革新や女性の社会進出が進むなかで、サラリーマンの健康や生活意識にも時代と共に変化がみられて不思議ではない。

第20回・2003年度ヤクルト健康調査として、サラリーマンの健康と生活意識に関する調査が発表されているが、これは20年前(1984年)の調査結果との比較として初回調査と同様に都内上場企業に勤務する20～50代サラリーマン(有効回答400サンプル)を対象としたものである。

健康に関しては、現在の健康状態は「非常に良好」とするものが13.5%、「まあ良好」とするものが71.8%で、おおむね良好といえるとしている。

ところで、現在の健康状態と食事のスタイルについては、朝食を「必ず食べる」人が初回61.5%であったのに対し、今回は54.0%に減少、昼食を「定時に食べる」人は初回の70.8%から32.3%に減じ、現代のサラリーマンは朝食も昼食も摂り方が不規則であることが分かる。

ストレスと食事の摂り方をみると、ストレスが「よくたまる」人は朝食を「必ず食べる」が49.6%と半数以下、昼食を「定時に食べる」は28.1%にすぎず、ストレスの多い人ほど朝食、昼食の摂り方が乱れていて摂食行動のひずみが見られた。

生活意識の調査として、生きがいについてみると、第1位「子ども」(54.0%)、第2位「妻・恋人」(46.3%)、第3位「仕事」(41.0%)で、仕

事よりも家庭を重視する傾向が現代サラリーマンの特徴になりつつあるのかもしれない。

仕事上のストレス度についてみると、仕事でストレスのたまることがある人が83.5%に達し、特に仕事でストレスのたまることが「よくある」人は初回調査では14.0%であったのに対して、今回は33.8%を示し、その増加が顕著であった。

年齢別では30代が最も多く、94.0%がストレスのたまりやすい状態にあり、役職別では管理職(30.5%)より一般職(36.0%)に「よくたまる」度合が大であるという。今日では会社の合併吸収、中年期サラリーマンの早期退職もめずらしくなく、仕事の負担が比較的若い年齢層に重くのしかかることも予想されることから、一般職や30代の人にシフトしてストレス状況が顕著に加わる姿が浮き彫りにされているのかもしれない。

これと関連するものと推定されるが、ストレスが「よくたまる」サラリーマンの特徴は、「仕事で非常に神経を使う」(71.1%)、「残業がよくある」(70.4%)、「職場での人間関係がスムーズでない」(22.2%)に多くみられている。

ストレスの増大するなかで、いかに健康を自己コントロールするかが重要な課題といえるが、各人が不健康な生活にはまることなく、健康行動の維持に努め、食生活はもちろんのこと運動や休養のバランスを保ち、かつストレスへの耐性を高めるよう、おのおの工夫を凝らして自己成長していくことが望まれよう。

(筒井未春)