

はじめに

医学の目的は寿命を延ばすことではないと思います。私たちの寿命は現時点では、せいぜい90年です。この90年を、いかに健康で快適に過ごせるようにするかを助けるのが医学の目的だと考えています。人生100年時代とはいいますが、100歳まで生きる人はごくわずかです。不愉快な人生を送るのであれば、どんなに長く生きても意味はないのではないのでしょうか。人生の最期まで快適に生きるのを助けるのが医学の目的だと信じています。

ところで、人間の歴史を振り返ってみますと、狩猟採集時代は食べ物がなく死ぬ人が多い時代がありました。その後、部族間の争いなどで殺害される人が多かった時代があります。約5000年前にメソポタミア地方で文字が発明されてからは記録が残っていますので、その記録によれば国同士の争いが死亡原因のトップでした。その後は戦争で亡くなる人が多い時代がありました。1939年から1945年まで続いた第二次世界大戦を最後にして大きな戦争はなくなり、戦争で亡くなる人はほとんどいなくなりました。

しかし、日本ではこの80年以上の戦争のない時代で、死亡原因の1位は悪性腫瘍（がん）、2位は心臓病、3位は肺炎となっています。日本では、この飽食の時代で拳銃よりもジュースやお菓子などの

ほうが生命にとつて危険になってしまいました。

私が医者になったときには、理想の血圧の上は年齢＋90と教わりました。しかし、現在は血圧の上は125が理想とされています。栄養状態がよくなったことで動脈硬化が減ったことや、医療に係る利益団体の関与などがあるのかもしれない。

肥満にしても、日本は世界の中でも痩せていることを好む国民だそうです。中東などでは太っていることは豊かさの象徴であり、中東の方たちの中には太っていることを自慢にしている人もいます。やや太り気味のほうが寿命は長いともいわれています。

40年以上前にはウイルス性肝炎は致命的といわれていましたが、現在では医学の進歩によって、ウイルス性肝炎はかなり治る病気となりました。AIDS（エイズ…後天性免疫不全症候群）は1981年に初めて報告され、世界を震撼させましたが、現在では薬代に高額な費用（健康保険を使って1カ月5万円以上）がかかるものの不治の病ではなくなりました。昭和20年代ははしか（麻疹）で亡くなった人が多かったのですが、現在でははしかで亡くなる人はほとんどいません。小児麻痺（ポリオ）も今では過去の病気になってしまいました。天然痘は世界で多くの人の命を奪いましたが、1980年5月にWHO（世界保健機構）によって世界根絶宣言が行われました。現在では多くの感染症が治るようになりましたが、その一方で糖尿病や高血圧の患者は増えつつあります。

現在は、飽食の時代といわれ、昔のように飢え死にする人はほとんどいなくなりました。その代わり、食べすぎて糖尿病や高血圧になる人が急増しています。時代が豊かになったのに、皮肉なことです。

本書では、病気についてわかりやすく説明します。ただ、現在の医学常識も50年後にはその半分以上が非常識になるといわれています。しかし、私たちは現時点での最善の予防をすることが大切だと思います。



ラン