

■特集Ⅱ健康

構造構成的な健康観とは？

高木 廣文

国際保健に関わるようになってから十年以上が経過したが、東南アジアの国々を歩いて見ていると、病気や健康に関する考え方にずいぶん違いがあるように感じる。国によって病気に對する考え方が異なると言うことは、現在の医学が定義しているような疾病が、実は定義そのものによって作り出されている「幻想」なのかもしれないと思えてくる。本当は、そんな病気は実在していないのに、人間の都合によって作り出されているのかもしれない。そんな風にいろいろと勝手に考えてみると、案外おもしろい点に気づくかもしれない。

先進国と呼ばれている国では、だいたい西洋医学的な考え方が支配的であるが、病気は定義できても、よく知られているよ

うに健康の定義は曖昧である。WHOによる健康の定義は有名だが、実際のところ、身体的な健康はまあなんとなく分かって、社会的健康や精神的健康などというものは、感覚的に何となくわかった気がするだけである。社会的とか精神的とかの実体の定まらないものについて、全ての人々が同じように理解したり、考えたりは決してできないものである。

途上国の教育を受けていない多くの人々にとって、「健康」とはまず他人の世話にならなくても生活していけることではないだろうか。一方、病気というのは、大体が熱が出たり、身体の調子が今ひとつで、調子の悪い感じがする状態のことをいうのが普通ではないだろうか。そうだとすれば、健康とは病気のような状態ではないことになるだろう。医療者でない、普通の人が考える健康とは、そのような極めて感覚的なとらえ方をしているのではなからうか。つまり、「少なくとも病気でない」「身体の調子がよい」「元氣である」といった感じがすることではないだろうか。精神的にちよつと落ち込んだくらいでは、病氣だとは考えないし、医者に行つて余計なお金を使う氣も起らないだろう。

結局、普段我々が無意識のように行っている生活がつづがな
くできることが「健康である」という風に我々は考えているの

ではないだろうか。それができないときが、「健康でない」状態であり、何か異常がある、怪我でなければ、つまり病気に違いないということになる。

ナイチンゲールは、「病気とは健康への回復過程である」といつている。これは結構すごい病気の定義ではないだろうか。この場合、「健康」が病気の目標になっているのであるが、この定義を使うと「健康とは病気が回復した状態である」ということになるだろう。やはり、ここでも病気はかなりうまく定義できても、健康の定義は否定的にしか定義することができない。

病気がある一定の基準に従って定義され、実際には個人による多様なバリエーションがあるにも拘らず、「がん」「糖尿病」などの同一の言葉により幻想的に存在するように、健康はより幻想的な定義しかもとより得ないのかも知れない。

日常生活では、かなり適当な健康の定義を使っているにも困らないのだが、これが疫学研究や公衆衛生活動、はたまた国際医療保健活動といった何かの実践を行う場合には、かなり問題になる。何らかの活動には「評価」となる基準が必要である。「より健康になった」ということをどのように測ればよいだろうか。これは難問である。実際に難問過ぎるため、不健康の方を評価基準にするのが普通になっている。つまり、心疾患の死

亡率や罹患率などのように恣意的に定義ができる「健康状態」を評価の指標にもってくる。これは考えてみると、本来の目的からややずれているような気もしないでもないが、できないことは仕方がない。

「メタボリックシンドローム」なる状態があるそうだが、これなどは病気が恣意的に構成されるという査証のようなものではないだろうか。メタボリックシンドローム自体は病気ではないが、東洋医学の「未病」のような概念に思われる。病気の前の生理学的状態とか、健康とはいえないような状態というのは、完全に恣意的に定められたものであって、本当はそんなものは存在しないと考えた方が、くよくよと精神的に落ち込むよりも健康的な生活が送れるように考えられる。

昔、「今日も元気だ。タバコがうまい」というコピーが流行ったことがあったが、これなど今考えると、ずばり健康の定義を述べているようなものである。タバコが肺がんをはじめ、多くの病気のリスクを高めることは、よく知られた事実である。したがって、メタボリックシンドロームにならえば、タバコを吸っている状態は「前がん状態」みたいなものである。しかし、とりあえず今日元気であれば、タバコを止めることもないし、自分は健康なんだと自分自身で納得できるのだろう。結

構、このコピーは奥が深いのかも知れない。

日常的に普通に生活できれば、それが「健康」であると普通人は考えているので、生活習慣病などという考えがはびこってくる、そういった健全な考え方が侵略されてくることになる。これまでは好き勝手なものを食べ、病気になるって亡くなれば、寿命だと考えていたのが、そうではないと言われてしまう。「タバコはだめ」「お酒はほどほどに」「緑黄色野菜をたっぷり食べる」となど、病気になるのは自己管理が悪いからだと言われてしまう。

人には多様な価値観があるのだから、好き勝手にやって人生を送りたいと思う人もいるだろうし、なんとしてでも長生きしたいという人もいるだろう。長生きしたい人にとっては、あれこれと指示してくれる方が良いのかもしれない。私は、好きでもないものを健康のためとはいえ食べたくない。タバコは煙たいで止めたのだが、所詮寿命は神頼みのところがあるので、自分が健康だと思っている間に逝ってしまえば本望である。

(東邦大学医学部看護学科長)