

代替医療先進国.アメリカ

アメリカは、現代医学(西洋医学)の発展に、先陣を切って寄与してきた国でもあります。今や、現代医学と相反するはずの「代替医療」の研究と実践を官民一体となって、推進する「代替医療先進国」となりました。

マクガバンレポートを生み出すきっかけとなった、フォード大統領の「これだけ、医学が発達したにもかかわらず、年々膨れ上がる国民医療費を削減したい」と言う、強い意志が、アメリカをここまで、変えました。

イギリスでも、1999年にチャールズ皇太子が、「代替医療を併用した、統合的医療を国家レベルで推進せよ!」と発表。

ドイツは、アメリカよりも早く、取り組んでいるし、ヨーロッパでは、既に「統合医療」が当たり前です。

今やアメリカは、現代病と呼ばれる「ガン」は、増えるどころか、年々罹患率は減少しています。

(日本は、年々増え続けています)

日本だけが、先進国において「取り残されています」

保険制度の違いも大きな「要因」ですし、医師自身が「代替医療」を知らないものがあります。

保険は、アメリカの場合は、民間の保険会社と個々に契約を結びます。

病気の人が、増えれば契約している保険会社の「保険料」は上がります。

そうならば、「病気もしていないのに、なんでこんなに保険料が上がるんだ!不公平だ!」

と言う事になり、国民一人一人が、自分の健康を守ろうとします。

だから、アメリカは、健康志向が強くなったのです。

でも、良いか、悪いかは別にして…

日本は、公的な保険制度が整っています。

今では、3割負担ですが、それでも「安く」て「気軽に」、病院に通えます。

まさに「コンビニ感覚的」な感じです。(皮肉を込めて…)

勘違いされるといけないので…あえて…

僕は、「病院に行くな！」と言っているわけではありません。

「具合がちょっと悪い……」

「じゃあ～病院行って薬もらって……そうすれば治るから……」

と言う、思考回路を「ちょっと」変えて見て下さい～と言っているのです。

「そんな～もし、取り返しの付かない病気だったら、どうしてくれるの～」と言いたいのも分かります。

その「取り返しの付かない病気」にならないように、日頃の生活に気を付けましょう！と言っているのです。

「生活なんか、なかなか変えられない！病気になったら、病院に行けば良いんだから」……

その時点で、「取り返しの付かない事態」になっています。

アメリカは、国民の思考回路が変わったので、今では国民のほとんどが「予防医学」を推進しています。

だから、年々、「ガン」の罹患率が減少しているのです。



以下は、「アメリカガン学会 (American Cancer Society) が発表したレポートです。

ガンによる死亡原因の約三分の一はライフスタイル(栄養、運動、肥満)と関係している述べています。そのため、ガンのリスクを下げるため栄養の改善と運動が大切であるとしています。アメリカガン学会は、科学的根拠に基づき栄養を改善するためには植物起源の食品の摂取を推奨しています。具体的には以下の通りです。

- 1) 毎日、果物と野菜を5サービングかそれ以上摂取すること。
- 2) 加工した穀類や砂糖に代えて全粒穀類を摂取すること。
- 3) 赤肉、特に高脂肪肉や加工した肉の摂取を控えること。
- 4) 健康的な体重を保つように食品を選ぶこと。

以上のことを行えば、ガン予防だけでなく心臓病や糖尿病など生活習慣病予防にも効果的であるとレポートは述べています。

最後に・・・

我々は、「西洋医学」だけ・・・を学んできました。

今もって、僕でも「すべての代替医療」が、信じられるものではないのかも？と「疑問」を持ちます。

しかし、(頭では拒否していても、)現実には、西洋医学だけでは、「無理」があるのも分かっています。

「何が、代替医療だ！何年も国家試験に合格するためだけに、西洋医学を学んできたんだ。」

と、本心では、思っているのも当然です。

私でも、そう考えていました。

今でも、「半信半疑」な面も、あります。

この「ジレンマ」は、常にあります。

しかし、悩んで、苦しんで、いるのは「病を患った、患者」です。

「西洋医学」か？「その他の医療」か？

そんな、選択の余地はないのかも、分かりません。

アメリカの、イギリスの、現実を見ると・・・