



Dr.WARI の総合診療 Skill-Up 講座

2023年6月5日～6月30日

参加者：長谷部 明、角野青空、植田匠哉

Book Review 9-19 医療 #病を治す希望の力

希望の話の前に、その対語である絶望について記す。最近、NHKの「#ラジオ深夜便」で人気の内容が書籍化された。その名が『#絶望名人1、2』の2冊。潰瘍性大腸炎で十数年床に臥せた著者（頭木弘樹氏）が著した書。病気や事故、災害、失恋、挫折、などで人生に絶望したときには、希望よりも絶望を見つめ、絶望の中で書き留められた珠玉の言葉がよいというのだ。カフカ、ドストエフスキー、ゲーテ、太宰治、芥川龍之介、シェークスピアの言葉が並べられている。絶望の経験のない私には、ちょっと追従できなかった。そんな訳で、机の脇に長らく積んであった『#病を治す希望の力』を紐解いて、絶望の反対の希望についての学ぶことにした。

『#病を治す希望の力』の著者はジェローム・グループマン氏である。NEJMの元エディター。腫瘍学、血液学、AIDS治療の第一人者。ハーバード大学医学部教授。

病気の克服に必要なことは、精神力と言われることがある（精神主義）。不治の病でありながら最期まで希望を持って立ち向かったが、多くの者は甲斐なく亡くなる。その一方で、医学的には絶望と思われた状況から奇跡的な治癒を果たす人たちも少なからずいる。その違いは何であるかを、関わってきた事例と自らの体験とを重ね合わせて、そこから見えてきた「希望」と「治癒」との関係を、科学データを駆使して詳細に検証している。

本書の仮説は、「希望は病気の進行を実際に遅らせ、患者が病を克服するのを助けることができるのだろうか」である。著者は希望を信じている。著者は脊髄手術に失敗し、痛みを抱えて19年間を過ごしたが、あるリハビリ医に出会い、「希望が著者の回復を可能にした」という体験をしている。そのようなことから、患者の人生の背景や物語を丹念に調べることで「希望や絶望がどのように治癒の要因として働くか」を調べて出版に至ったようだ。

本書は、はじめに希望のない例が提示される。患者の生死を分けた「希望の力」の理屈で捉えきれない事例を考察する。まず、乳がん患者で「私の癌は、神の罰なのです」と病気をとらえ、「化学療法は受けないわ」と決断し、34歳の若さで亡くなった女性。拡大乳房切除以外に治療法のない時代であった。京都大学総合診療科入院患者第一例は乳がん患者で私が担当した。巨大な乳がんを放置して、それが自壊して貧血で苦しむ老年女性であった。著者は「人が希望を持てるのは、真の選択があることを知ったときだけである。」と結んでいる。治療により症状の改善が見込めるといふ情報がないと希望は醸成されないのだ。

次は、結腸がんで肝臓と脾臓に転移し、腹水もある患者。胃がんがライフワークの医師が未分化胃がんになるが、再発しなかった。予後不良なのに平均寿命以上生存している。その理由はここでは提示されていない。

不治の病であった急性骨髄性白血病がレチノイドを使用し、抗ウイルス薬「カクテル」の開発された時期でもあり、完治した患者。

非ホジキンリンパ腫がモノクローナル抗体で治療して完治した患者。

時代が進み、乳がんで「単純」な乳房切除術を受ける（脊髄、骨盤、肋骨に転移しているが）患者。乳がん細胞の表面に HER-2 タンパクがあったため、ハーセプチンが有効であり、コントロールされている。

このような事例から、著者は治療法の進歩と相まって、「医師の役割は希望を育てるのを助けることである」と結論している。

中盤に著者の慢性疼痛を克服した道のりが語られる。「痛みを無視すること」「筋肉に負荷をかけ、その負荷をだんだん強くすることで、過去の痛みの記憶を手放すようにする「再教育」をすること」で乗り越えたようだ。

以上の患者の体験や自らの体験からプラシーボ効果に著者は着目する。「プラシーボは効き目がないとする仮説」に疑問を持ち、プラシーボは顕著な生物学的効果を持っている実験例をいくつも提示する。

薬は痛みを遮断する力を持っている。脳内の物質「エンドルフィン」「エンケファリン」もそれを脳内に放出させて痛みを遮断することができる。ところが生理食塩水でもモルヒネの代わりになる。この変化を引き起こす二つの主要因は「信念」と「期待」である。これらがあれば偽手術でも痛みは軽減するようだ。

逆に、肉体の衰弱によって痛みを感じて、絶望感強くなればなるほど、エンドルフィンやエンケファリンの放出は少なくなりコレスチキニン（痛み物質）の放出が多くなる（悪循環）。それゆえ悪循環を断ち切ることが重要である。

プラシーボの実験は、信念と期待が自律神経に強い影響を与えうことをほのめかしている。喘息発作の実験でも同様のことが起きるようだ。

本物の薬がもらえると信じ、期待しているパーキンソン病患者にプラシーボを与えると、同じように強烈な変化が PET 上で起こる。プラシーボは実薬と同様のドーパミンを脳から放出させた。

希望は認識と情動、二つの部分から成る感情である。希望とは、心の中に明るい未来を思い浮かべる時に経験するエネルギーに満ちた高揚した感情である。治癒に向かわせるためには、現在の込み入った状態とは違った感情の状態を脳が生み出す必要がある。

扁桃体が恐怖を仲介する回路の重要な部分である。本物の希望は現実存在する脅威を考慮し、それらを避ける最良の道を探すことである。

どのようにしたらネガティブな感情を消し去ることができるか。扁桃体の部位を抑制する回路が存在するので、そこに働きかける必要がある。

希望は、現在の状況から生じる情報と感情を統合する。「回復力」とは、著しい逆境に立たされても高いレベルのポジティブな感情と健康な状態を維持することと定義する。

精神論とは異なり、何らかの方法で（医療の進歩の力も借りて）症状を少しでも和らげることができれば、患者の希望の感覚に多大な影響を及ぼすことができる。患者方がほんの少し変わっただけで、医師の励ましを受け止めることができるようになるのだ。

著者が導き出した結論

希望を持ち続けることができる人とできない人（自分の置かれた状況を制御できないと信じ込んでいる）がいる。医師が患者に真の希望を与えるためには、医師自身がそれを心から信じなければならぬ。著者は希望を癒しの核心とみなしている。

決して安易な精神論には走らず、科学的データを参照しつつ人間の自己治癒力に秘められた驚くべき可能性をあることを本書は示している。

今私たちにできることは、絶え間なく進歩する医学情報にアクセスしてそれを患者に伝え、患者に寄り添いながら患者の希望を育てるのを助けることであろう。

内容	病名/内容	出典	開催日
レクチャー 1	Opening Statement	山本レクチャー資料	6月6日
レクチャー2	Semantic Qualifier	山本レクチャー資料	6月6日
レクチャー3	V I N D I C A T E – P	山本レクチャー資料	6月6日
レクチャー4	オッカムの剃刀、ヒッカムの格言、 サットンの方則	山本レクチャー資料	6月6日
症例 1	副腎不全	Recognizing Clinical Patterns	6月6日
症例 2	感染性心内膜炎	Recognizing Clinical Patterns	6月6日
症例 3	SLE	Recognizing Clinical Patterns	6月6日
症例 4	肺塞栓症	Recognizing Clinical Patterns	6月6日
症例 5	高安動脈炎	Recognizing Clinical Patterns	6月6日
症例 6	クロイツフェルト・ヤコブ病	Recognizing Clinical Patterns	6月6日
レクチャー5	副腎不全	Frameworks for INTERNAL MEDICINE	6月6日
レクチャー6	動脈炎	Frameworks for INTERNAL MEDICINE	6月6日
レクチャー7	低血糖に出会ったら	救急外来ただいま診断中！	6月7日
症例 7	急性副鼻腔炎	ダ・ヴィンチのカルテ	6月7日
症例 8	Ludwig's angina	ダ・ヴィンチのカルテ	6月7日
症例 9	皮膚筋炎に合併した 間質性肺炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月7日
症例 10	AIDS 関連ニューモシスチス肺炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月7日
症例 11	癌性疼痛への対応	「総合診療」 救急対応ドリル	6月7日

症例 12	急性心原性肺水腫	「総合診療」 救急対応ドリル	6月7日
レクチャー8	小脳橋角部腫瘍	Primary Care Lecture	6月7日
レクチャー9	糖尿病治療の変遷	山本講義資料！	6月7日 6月20日
レクチャー10	IBS	Primary Care Lecture Series	6月8日
レクチャー11	脳卒中と思ったら	救急外来ただいま診断中！	6月8日
症例 13	デング熱	ダ・ヴィンチのカルテ	6月8日
症例 14	朝鮮朝顔中毒	ダ・ヴィンチのカルテ	6月8日
症例 15	Stanford A型大動脈解離 +心膜炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月8日
症例 16	夏型過敏性肺臓炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月8日
症例 17	ASO	「総合診療」 救急対応ドリル	6月8日
症例 18	壊死性筋膜炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月8日
症例 19	Ludwig's angina	「総合診療」 救急対応ドリル	6月8日
レクチャー12	アルコール患者に出会ったら	救急外来ただいま診断中！	6月9日
症例 20	腎梗塞	ダ・ヴィンチのカルテ	6月9日
症例 21	レム行動異常症	ダ・ヴィンチのカルテ	6月9日
症例 22	SAPHO 症候群	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月9日
症例 23	傍脊柱筋膿瘍	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月9日
症例 24	低 Na 血症の補正法	「総合診療」 救急対応ドリル	6月9日
症例 25	薬剤誘発性低活動性せん妄	「総合診療」 救急対応ドリル	6月9日

症例 26	異物誤嚥	「総合診療」 救急対応ドリル	6月9日
レクチャー13	心肺停止に出会ったら	救急外来ただいま診断中！	6月13日
症例 27	周期性四肢麻痺	ダ・ヴィンチのカルテ	6月13日
症例 28	横断性脊髄炎	ダ・ヴィンチのカルテ	6月13日
症例 29	胸骨症候群	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月13日
症例 30	感染性心内膜炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月13日
症例 31	褥瘡処置	「総合診療」 救急対応ドリル	6月13日
症例 32	重症薬疹（アロプリノール）	「総合診療」 救急対応ドリル	6月13日
症例 33	胆石性急性膵炎への対応	「総合診療」 救急対応ドリル	6月13日
レクチャー14	マダニ咬症	Common Diseases Up to date	6月14日
レクチャー15	片頭痛	Common Diseases Up to date	6月14日
症例 34	Wernicke脳症	ダ・ヴィンチのカルテ	6月14日
症例 35	ACTH 単独欠損症	ダ・ヴィンチのカルテ	6月14日
症例 36	憩室炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月14日
症例 37	外鼠経ヘルニア+大網捻転	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月14日
症例 38	月経過多による鉄欠乏性貧血	「総合診療」 救急対応ドリル	6月14日
症例 39	腎前性腎障害	「総合診療」 救急対応ドリル	6月14日
症例 40	5-ASA 不耐性 潰瘍性大腸炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月14日
レクチャー16	膝関節症 (OA・半月板損傷・偽痛風)	Primary Care Lecture Series	6月15日

レクチャー17	甲状腺機能亢進症	Common Diseases Up to date	6月15日
症例 41	Brugada 症候群	ダ・ヴィンチのカルテ	6月15日
症例 42	CD 関連下痢	ダ・ヴィンチのカルテ	6月15日
症例 43	胸椎破裂骨折	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月15日
症例 44	カンビノイド嘔吐症候群 (大麻中毒)	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月15日
症例 45	陳旧性肩関節脱臼	「総合診療」 救急対応ドリル	6月15日
症例 46	アルコール性急性膵炎の治療	「総合診療」 救急対応ドリル	6月15日
症例 47	肺結核への対応	「総合診療」 救急対応ドリル	6月15日
レクチャー18	甲状腺機能低下症	Common Diseases Up to date	6月16日
症例 48	副腎不全	ダ・ヴィンチのカルテ	6月16日
症例 49	Non-episodic angioedema with eosinophilia	ダ・ヴィンチのカルテ	6月16日
症例 50	悪性腫瘍に伴う 後腹膜繊維症	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月16日
症例 51	腰椎椎間板外側ヘルニア	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月16日
症例 52	転倒の予防対策	「総合診療」 救急対応ドリル	6月16日
症例 53	全身性強皮症に合併した 間質性肺炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月16日
症例 54	肺血栓塞栓症	「総合診療」 救急対応ドリル	6月16日
レクチャー19	HFrEF	Common Diseases Up to date	6月19日
症例 55	きのこ中毒	ダ・ヴィンチのカルテ	6月19日
症例 56	コリン作動性クレーゼ	ダ・ヴィンチのカルテ	6月19日

症例 57	腹腔動脈解離	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月19日
症例 58	卵巣腫瘍に伴う陰部静脈瘤	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月19日
症例 59	SLE	「総合診療」 救急対応ドリル	6月19日
症例 60	高血糖高浸透圧症候群	「総合診療」 救急対応ドリル	6月19日
症例 61	レジオネラ肺炎の治療	「総合診療」 救急対応ドリル	6月19日
レクチャー20	COPD	Common Diseases Up to date	6月20日
症例 62	粟粒結核+脊椎カリエス+冷膿瘍	ダ・ヴィンチのカルテ	6月20日
症例 63	鉛中毒	ダ・ヴィンチのカルテ	6月20日
症例 64	鼠経リンパ節肉芽腫症	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月20日
症例 65	後脛骨筋腱炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月20日
症例 66	ギラン・バレー症候群	「総合診療」 救急対応ドリル	6月20日
症例 67	成人 T 細胞白血病	「総合診療」 救急対応ドリル	6月20日
レクチャー21	NAFLD	Common Diseases Up to date	6月21日
症例 68	急性多関節性痛風	ダ・ヴィンチのカルテ	6月21日
症例 69	帯状疱疹	ダ・ヴィンチのカルテ	6月21日
症例 70	ビタミン D 欠乏による骨軟化症	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月21日
症例 71	運動麻痺を伴う帯状疱疹	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月21日
症例 72	急性緑内障発作	「総合診療」 救急対応ドリル	6月21日
症例 73	日本紅斑熱	「総合診療」 救急対応ドリル	6月21日

症例 74	急性喉頭炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月21日
レクチャー22	高血圧・糖尿病	Common Diseases Up to date	6月22日
症例 75	脂肪塞栓症	ダ・ヴィンチのカルテ	6月22日
症例 76	PMR	ダ・ヴィンチのカルテ	6月22日
症例 77	B群連鎖球菌による化膿性関節炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月22日
症例 78	両側閉鎖孔ヘルニア	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月22日
症例 79	無症候性細菌尿と 尿路感染症の鑑別	「総合診療」 救急対応ドリル	6月22日
症例 80	延髄外側症候群の治療	「総合診療」 救急対応ドリル	6月22日
レクチャー23	骨粗しょう症	Primary care Lecture Series	6月22日
レクチャー24	高脂血症	Common Diseases Up to date	6月27日
症例 81	頭部外傷後高次脳障害	ダ・ヴィンチのカルテ	6月27日
症例 82	破傷風	ダ・ヴィンチのカルテ	6月27日
症例 83	Lambert-Eaton 症候群	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月27日
症例 84	膀胱拡張に伴う 腸骨静脈圧迫症候群	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月27日
症例 85	悪性症候群	「総合診療」 救急対応ドリル	6月27日
症例 86	高 K 血症の治療	「総合診療」 救急対応ドリル	6月27日
症例 87	前脊髄動脈症候群	「総合診療」 救急対応ドリル	6月27日
レクチャー25	反省的実践家	山本講義資料	6月27日
レクチャー26	偽痛風	Common Diseases Up to date	6月28日

症例 88	扁桃周囲膿瘍	ダ・ヴィンチのカルテ	6月28日
症例 89	III度熱傷	ダ・ヴィンチのカルテ	6月28日
症例 90	巨細胞性動脈炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月28日
症例 91	IgG4 関連疾患	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月28日
症例 92	急性副腎不全の処置	「総合診療」 救急対応ドリル	6月28日
症例 93	救急車への連絡事項	「総合診療」 救急対応ドリル	6月28日
症例 94	帯状疱疹ウイルス髄膜炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月28日
レクチャー27	薬剤過敏性症候群 + HHV-6 による脳炎	Primary Care Conference	6月28日
学生振り返り	大学では経験しにくい 様々な医療実践をすることができた。		6月28日
研修医振り返り	医学生時代と研修医になってからの松前病院実習を2回経験し 総合診療医になることへのモチベーションが非常に高まった。		6月28日
研修医振り返り	北海道の最北端から本州の最北端まで訪れ、院内と院外（食事、温泉、ゴルフ、観光等）で研修医ライフをエンジョイできた。		6月28日
レクチャー28	痛風	Common Diseases Up to date	6月29日
症例 95	ACNES	諏訪塾ダイナマイト カンファランス	6月29日
症例 96	急性E型肝炎	諏訪塾ダイナマイト カンファランス	6月29日
症例 97	間欠性関節水腫	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月29日
症例 98	好酸球性筋膜炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月29日
レクチャー29	丹毒の耳病変	外来診療の Uncommon Disease Vol.3	6月29日
症例 99	シスチン尿症による 閉塞性腎盂腎炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月29日
症例 100	ITP	「総合診療」 救急対応ドリル	6月29日

症例 101	細菌性髄膜炎の抗菌薬選択	「総合診療」 救急対応ドリル	6月29日
レクチャー30	骨の X 線読影	Primary Care Lecture Series	6月29日
レクチャー31	前立腺肥大	救急外来ただいま診断中！	6月30日
症例 105	伝染性単核球症	諏訪塾ダイナマイト カンファランス	6月30日
症例 106	SUNCT (三叉神経・自律神経性頭痛)	諏訪塾ダイナマイト カンファランス	6月30日
症例 107	鷺足炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.2	6月30日
症例 108	感染性心内膜炎	外来診療の Uncommon Disease Vol.2	6月30日
症例 109	急性心筋炎	「総合診療」 救急対応ドリル	6月30日
症例 110	重症喘息への対応	「総合診療」 救急対応ドリル	6月30日
症例 111	腸間膜静脈硬化症	「総合診療」 救急対応ドリル	6月30日