

# 機器や薬がない状況でも 手の力で医療はできる。 病気もケガも治っていく

東京大学医学部附属病院循環器内科助教 稲葉俊郎



いなば としろう  
1979年、熊本県生まれ。2004年、東京大学医学部  
医学科卒業後、相澤病院、心臓血管研究所などで  
臨床経験を積む。14年、東京大学医学系研究科内  
科学大学院博士課程修了(医学博士)。現在、東京  
大学医学部附属病院に循環器内科医として勤務。

## 触れることが 医療の原点

私は循環器内科の医師として、大  
学病院に勤務しています。それから  
週に1回、患者さんのお宅に往診し  
て行っている在宅治療では、心臓以  
外の病気も診ています。

年齢も病名もさまざまな患者さん  
と接する中で、私が見たいせつにして  
いるのは、患者さんに触れることで  
す。

昔の医者あたりまえにやってい  
たことですが、診察のときは、患者  
さんの手首で脈をとります。脈をと  
るといって患者さんに触れること

で、対話が始まるのです。そして、  
診察の最後には、必ず患者さんと握  
手をします。

患者さんから「先生に触れられる  
とすごく元気が出るから、手を当て  
てほしい」と頼まれて、体にそっと  
手を当てたり、さすったりすること  
もあります。

私に特別な能力があるというわけ  
ではありません。誰かに手を当てて  
もらうと、体調も気分も楽になるの  
は、自然なことなのです。それが「手  
当て」です。

例えば、目の前で人が転んだとき  
に、「だいじょうぶですか？」と声を  
かけ、手を添える。

療事者がお手上げになっている状  
況を目にしました。  
なにもなくても、自分の手でな  
かできるのが医療のプロのはずだろ  
う——ただ、ただ、悲しくなりまし  
た。

そして、医療機器などに頼らない、  
新しい医療が必要なのだと、強く感  
じたのです。

## 西洋医学と代替医療で 化学反応を起こす

医療の原点は、ケガをした人、病  
んでいる人、困っている人に、その  
人自身の力で元気になってもらうこ  
とです。医者が治してあげるのでは  
なく、その人の中にある「自分で治  
る力」が湧き上がることが重要な  
のです。

私はあらゆる伝統医療や代替医療  
を勉強し、治療に取り入れてきまし  
た。患者さんのためになることなら、  
なんでもやります。西洋医学と代替  
医療を区別して考えるのではなく、  
混ぜ合わせて化学反応を起こし、よ  
り高い次元に変容、昇華させていき  
たいと考えています。

具合が悪かったら、そこに手を当  
てる。そんな素朴な感性に基づいて、  
知識や技術を融合していくような医  
療が、これからの未来の医療ではな  
いでしょか。

こうした動きが進んでいるイギリ  
スでは、代替医療にも保険が適用さ  
れています。そして、手を当てて痛  
みを癒す療法などが、大学病院でも  
行われています。そういう西洋医学  
と代替医療が両立した未来型医療を  
日本にも導入できないかと思ひ、イ  
ギリスや日本の友人たちとともにイ

ギリスの医療制度を調べているとこ  
ろです。

## 触れる人の状態が 効果を左右する

「コーマワーク」という、昏睡状態  
の人の肩を抱き、呼吸を合わせて語  
りかける、心理療法的な働きかけが  
あります。ユング心理学の流れを組  
んだアーノルド・ミンデルの「プロ  
セス指向心理学」の1つです。擬似  
的にコーマワークを体験する会を開  
いたとき、皆さん、「触れてもらって  
うれしかった」と

感想を述べていま  
した。

人間にとつて、  
いちばん恐ろしい  
のは孤独です。人  
には誰かとなが  
りたいという根源  
的な欲求がありま  
す。昏睡状態でも、  
人との対話は必要  
なのです。

この「対話」は、  
言葉だけで行うも

のではありません。まずは相手に意  
識を向けて触れること。それだけで  
相手は「誰かが自分と同じ時間、同  
じ場所にいるんだ」とわかって、安  
心するのです。それだけで、すでに  
対話は始まっています。

このように触れることは重要な  
ですが、触れさえすれば人は癒され  
るかというところではありません。  
「触れる人がどのような状態にある  
か」ということが、効果を左右する  
からです。

世の中には、「自分たちの手には特  
別な力がある」「このような触り方  
なければ効果は出ない」という、排  
他的な考え方を強要する人もおら  
れますが、それはほんとうに相手の  
ためでしょうか。自分の欲望を満た  
すためではないでしょうか。相手を  
思いどおりにしたい、言い換えれば  
支配したいという欲望があると、触  
られたほうは決していい気持ちはし  
ないはずなのです。

たくさんの情報が飛び交っている  
現代社会では、頭の中が浅い欲望や  
情報に飽和され、「触れたい」「触れ  
てほしい」という体と心の深い欲求

に気づきにくくなります。

体と心の深い場所からやってくる  
欲求に耳を傾けるには、山や海、川  
など自然な環境の中に身を置くのが  
いちばんです。私は登山が好きです  
が、定期的に山に行くのは自然とつ  
ながるためでもあります。都会にい  
ても、青空を見上げる、風を感じる、  
星や月を見る、草花を育てるなど、  
自然とのつながりで、自分の中の内  
なる自然とつながり、思い出すこと  
ができます。

そしてもう1つ、「たいせつにした  
い」という気持ちを持ち続けること。  
押しつけにもなりかねない「愛」と  
は違って、「たいせつ」は自然と共鳴  
する感情ではないでしょうか。

医療の原点は困っている人をなん  
とかしたい、という素朴な感性から  
生まれたのです。「たいせつ」と感  
じるから、つい目の前の人に手を差  
し伸べてしまう。そうすることで私  
たちは対話し、対話での安心が痛み  
や苦しみを和らげ、自然に治る力  
がおのずから引き出される——。

そんな可能性を信じながら、私は  
現在、医療現場で働いています。

「治したい」ではなく「たいせつにしたい」と  
思いながら触れる

