わたしの聖戦（ジハード）

女性が働くということ

医学ジャーナリスト・医学博士　植田美津恵

158

健康本をめぐる騒乱

本が売れないといわれて久しい。

そうこうしているうちに、「いい本は売れない」とか「売れた本がいい本だ」など、禅問答みたいな言葉も耳にするようになった。

そんな中で、たまに「重刷決定」「今年の大ベストセラー」と評され、実際に売れている本がある。たとえば2014年度に100万冊以上売れた「長生きしたけりゃふくらはぎをもみなさい」がそうだ。

タイトルにそそられてか、簡単な健康法が魅力的なのか、何をやっても体調がすぐれない人が多いのか、ともかく大勢の人が手に取ったというのは大変なことである。内容は、ふくらはぎをもみ血流を良くすることで、血圧が下がり免疫力が上がりアレルギーが改善する、というふれこみ。一部には、医学的根拠がなくトンデモナイ本だとの指摘もあるが、「売れた本がいい本」であるなら、良書ということになってしまう。

気になるのは、本の内容そのものより、手軽な健康法に安易に飛びつく大衆の心理である。かつて、テレビで放送された「健康にいいもの（食材）」が、すぐに店頭からなくなる騒ぎが繰り返されてきたが、この本が売れたのも根っこは同じところにあるのだろう。

似たようなタイトルでの出版が続いていたが、どんなブームもやがては終わりを迎える。静かになったと思ったら、今度は「背伸びをしなさい」が売れている。こちらも、まくら言葉に「長く健康でいたければ」がついている。どうやら、「長生き」「健康」「簡単でわかりやすい」要素を持っていることが、この手の本が売れる必須条件らしい。

ふくらはぎは昔から第2の心臓といわれており、イタ気持ちいい程度にもめば、何となくゆったり感を覚えるし、背伸びをして姿勢をただすことで、これまた気分がスッキリする。姿勢というのは大事である。しかし、それがベストセラーにつながるとなると、この種の本に殺到する国民の姿そのものが恐ろしい、と思えてしまうのだ。

若くして亡くなった川島なお美さんが、抗がん剤を拒否して民間療法に頼っていたことが話題になっている。こちらは金の棒で体をこすり邪気を払うというもの。

残念だが、川島さんのがんは、もともと完治の難しいものであった。どんな治療法を選択しても、そう長く生きることはできなかっただろうと思う。しかし、注目すべきは、大学病院の医者が「完全な負け戦。あとは敗戦処理を考えるだけ」と言い放ったのに対し、金の棒を勧めた側は「希望を持ってあきらめずに治療をしましょう」と言い、それがすこぶる人間味あふれる態度だったという、夫の発言である。さらに、彼は今になってもどちらが良かったのか結論はわからない、と述べている。

人は言葉に騙されもし、救われもする。絶望に近い状況にあるときには尚更である。私は、これは西洋医学の負けだと思った。最新の技術や薬に頼るあまり、目の前の患者の気持ちを思いやる感情を失ってしまった結果なのだ。

本についても同じことがいえる。安易な健康本に群がる国民が愚かなのではない。西洋医学に携わる者の傲慢さが、そこに反映されているのである。科学的根拠がないと頭ごなしに民間療法を否定する「権威」こそが国民の混乱を招いていることに気づくべきである。

イラスト・伊藤栄章