

自著と
その周辺

腰痛をこころで治す

心療整形外科のすすめ

谷川 浩隆 著

PHPサイエンス・ワールド新書

228頁

2013年7月4日第1版第1刷発行

定価840円

本書は運動器の心身医学を論じた一般書です。運動器疼痛は、高齢者の増加とも大変多くなっています。肩こりや腰痛には、以前から心理的要因が影響していると思われていました。しかし患者さんは「からだが痛い」のだから、からだの原因」と考えて整形外科を受診します。以下、本文から抜粋です。「からだだけで問題が解決する、からだだけ治療すれば症状がよくなる」という思い込みがあるのです。医師にも同じ思い込みがあります。しかし、からだところは分けられないものです。からだところが、互いに影響を与え合っているという事実は、医学が急速に発達した現代、かえって見落とされている点です」

27年の私の整形外科医のキャリアの中で、卒後12年目から3年間、精神科の研修を受けたことが本書を書くきっかけになりました。その期間、私は整形外科勤務をしながら、週1回精神科の外来を行い、入院患者さん数名を受け持ちました。そして信州大学精神医学教室のご厚意で、カンファレンスに毎週通わせていただきました。以後、臨床研究の成果を心療内科学会で発表し続けていたところ、整形外科医としてはじめて評議員を拝命されました。

本書のカバー裏の著者紹介からの引用です。「1998年から整形外科の臨床をしながら精神科の研修を受け、その後、運動器疼痛をめぐる心身医学的アプローチの臨床と研究に従事、運動器疾患への新しい治療法『心療整形外科』を提唱している」

「心療整形外科」というのは私の造語です。「心療内科」という診療科名では、内科でしか心身医学的アプローチを行うことができません。しかし心身医療はすべての診療科で行われるべき方法論です。で、あれば、運動器疾患の患者さんが激増している現代、心療整形外科 Psychosomatic orthopedics というアプローチがあつてしかるべき、という論考を医学書や論文で重ねてきました。

私が運動器心身医学の研究をはじめた十数年前、整形外科の中では、運動器心身医学はいわば「キワモノ」であり、整形外科の関連学会からは見向きもされませんでした。整形外科医が、患者さんの心気的な訴えに対して「サイコジェニックなものだろう」という時、その意味は「気のせい」とほとんど同様であり、心理的要因がしっかり分析されていませんでした。

2012年に出た「腰痛診療ガイドライン」には、心理社会的要因のある腰痛は意外に多く、腰痛治療に認知行動療法などの心理療法が有効であることが明記されました。十数年前のことを考えると隔世の感があります。運動器心身医学が注目を集めだし、出版社から「長年の論考を一般書としてまとめてみないか」という提案をいただきました。

大学を離れて一般病院に勤務していた16年間に、論文は筆頭著者41篇を含めた計83篇、共著の医学書も数冊書いてきました。しかし単著の、しかも一般書となると初めての経験でした。執筆は開業準備期間と重なり大変でしたが、期せずして開業日の翌日が第1版発行日となりました。本邦初の運動器心身医学に関する一般書です。できるだけ多くの方に読んでいただきたいと思っております。これからも患者さんに寄り添う臨床を行いつつ運動器心身医療について発信していきたいと思っています。

本書では治療における患者・医師関係の重要性についても強調しました。以下の本文からの抜粋です。

「科学的根拠を基にどんなに正確に作られた診断基準やガイドラインでもみな同じというわけには絶対にはいきません。ある診察室にいるその患者さんとその医師は世界中で一組だけのものであり、ほかのどんな一組とも違うからです」

(谷川整形外科クリニック 谷川 浩隆)

