

健康促進における東洋医学の役割: 未病とどう向き合うか

責任者: 亀井 勉

今日、健康と言われる人々には、「自覚症状(病気の前兆)もなく健康と本人は思っているが、実は病気に近い状態」である人が大変多くなっています。これは東洋においては以前から「未病」の状態と表現されていますが、その中にはすでに早期の深刻な病気(早期がんなど)を“内在”させている人々が多いことが、検査方法とその精度の進歩で明らかになりつつあります。

よって、「未病」状態になる前の「健康」のうちから「発症」はもとより「未病」からも遠い健康状態に向かわせる意味は大きく、加速度的に複雑化した現代社会に住む人々にとっては、心身の健康促進につながるものが(検査法に進歩により)判明しつつある東洋医学的手法は、より重視されると予見されます。

どのような適応と組み合わせで使うと効果がありなおかつ安全かが経験的ながらわかっている漢方医学は、特に個体差に合った健康促進のために、重要な役割を果たすと推定されます。(例えば補剤による治療やヨガ療法において、そのエビデンスにつながる研究が散見されています。)
「健康促進」のための東洋医学は、重要な領域になると予想しています。