

シリーズ 私の一冊の本

食品栄養科学部 木苗直秀 先生

黒木 登志夫著 『健康・老化・寿命 一人といのちの文化誌一』 (中公新書 1898)

閲覧室 2 階 学生文庫 中公/1898 中央公論新社 出版

我が国では少子高齢化が急速に進んでおり、昨年から総人口が減少しはじめた。このことは国際化、情報化が進む中で、我が国の将来を考えると極めて重要な社会問題を含んでいると思われる。平成 18 年の日本人の平均寿命は女性が 85.81 歳 (22 年連続世界 1 位)、男性が 79.00 歳 (世界 2 位) と地球上で最長寿国であり、病気で床に伏せている期間を差し引いた健康寿命も世界で第 1 位を保持しており、100 歳以上の超高齢者は 3 万人を超えた。このことは誠に喜ばしいことである。しかし毎年 100 余万人が亡くなっており、特にがん、心疾患、脳血管疾病が死亡率の 60% を占めている。最近、BMI (body mass index : 体重 kg ÷ (身長 m) ²) や血糖値、血圧、血中脂質量からメタボリックシンドローム (代謝疾患症候群) が壮年以降のみならず、若者にもみられ、特に動脈硬化症や糖尿病など生活習慣病を発症することから、その対策は急務となっている。しかし、高齢者が増加しているため、高騰する医療費が我が国の財政を圧迫しており、病気にかかりにくくするための工夫 (一次予防) が益々重要になっている。

「人はなぜ病気になるのか」。この質問に直接、間接に答える多くの書籍が出版されている。本年 7 月に黒木登志夫先生 (東北大学医学部卒業、東京大学医科学研究所、WHO 国際がん研究所に勤務、現在岐阜大学長) が、その問いに対して適切な答えとなる『健康・老化・寿命』を出版された。先日、黒木先生が来学されたので食事をしながらお話をする機会を得た。また、当学部生・院生に特別講義をして頂いた。

本書は寿命、老化、肥満、糖尿病、循環器疾患、がん、感染症、生活習慣、別れの 9 章から構成されている 311 頁、定価 880 円の小冊子である。

糖尿病、心臓病、がん、感染症など生命を脅かす疾患の解明が進み、治療法も急速に進歩していること、しかし、生物の寿命には限界がある。何が寿命を決めているのか、ヒトはなぜ太り、なぜ歳をとり、なぜ病気になるのか。これらの疑問について、先生御自身の研究成果とともに 100 余冊の文献を引用しながら丁寧に解説されている。黒木先生は御自身が大腸がんや狭心症を克服されており、患者の立場に立ってもその対応を言及されている。また、歴史と生物進化の視点から遺伝子や病原微生物などの狩人たちが人間ドラマを背景に描かれている臨場感あふれる医学物語とも言えるものである。先生はロマンチストであり、生死をめぐる文学作品や映画の名場面を取り入れ、読者の知的好奇心を駆り立てている。がんの潜伏期間は 10 年から 30 年とも言われている。現在 10 代から 20 代の学生諸君を含め、教職員の皆様には是非一度目を通して頂きたい一冊としてここに紹介したい。