

マクロビオティックと人生

私の肺がん克服記

国際弁護士 小島 秀樹

消化器がんの専門医として最先端医療の現場で長年活躍され、現在では全人的医療という概念のもと新しい医療のカタチを追求する、本誌でもおなじみの島村トータルケアクリニック院長の島村善行先生。

島村先生がマクロビオティックを強く意識するようになるきっかけになったのは、勉強会仲間の知り合いであった小島氏から相談を持ちかけられたことによる。島村先生は心記して、早期の手術を勧めた。

小島氏は1998年に都内の病院で肺がんと診断された後、現代医療のがん治療法に疑問を感じ、手探りの中、マクロビオティックでがんを克服した貴重な経験をもつていらっしゃいます。この度、小島氏より体験記をご寄稿をいただくこととなりました。

はじめに

私の肺がんをマクロビオティックという食養法で克服した話を書いて欲しいという依頼を受けた。15年半以上経ったが、今も私は元気に仕事をしている。その間、肺がんの医学的治療は一切受けていない。

しかし、最初の7年間は年1回、CTスキャンによる検査を受け続

けた。その後8年間は、検査さえ受けていない。役所から健康診断の通知が来る年齢になったが、全てゴミ箱に捨てている。

かつて、手記をまとめたり、人前でスピーチしたりと、経験を発表したことはある。しかし、過去5年以上は書いていない。今の心境を含めて、自分の到達した気分をまとめる機会としてみたい。

診断の頃

1997年11月、CTスキャン検査で上肺部外側に直径3.2cmの正常ではない影を認めた。都心の著名な病院施設であった。主治医はがんであることを断言した。半信半疑の私は、医師の治療の勧めに躊躇した。第2期のステージにあり、手術によって除去できるのであるだけ早く行おうべきだ、とのことであった。

自覚症状はなかった。家内の勧めもあり、確定診断を得るべく、同じ病院のレントゲン科による「CTガイド

下針生検」を受けることにした。翌年1月に検査入院を予約した。2カ月以上もの間、そもそもCTスキャンによる診断をそのまま受け容れるべきかを躊躇したため、検査が遅くなった。

2人の医師の一人(O氏)は断言

したが、他の大学病院の医師(T氏)は断言はしなかった。しかし、その可能性は高いという趣旨の評価であり、2人の見解は大筋一致していた。

CTスキャンによる画像診断はどのように「推定」であるに過ぎない。私自身が納得しないまま放置するかと言うと、そうはいかないだろうと考えた。ならば、一旦推定黒判定が出た以上、確定診断を求めざるを得ないかと考え、妻の意見を受け容れることにした。

検査の結果は、確定黒であった。50歳の時であった。右胸上部に直接針を手で突き刺し、CT撮影した位置をリアルタイムで確認しながら、針の先に引っかけた細胞組織を引き抜くという乱暴な方法であった。主治医のO氏は同じ病院での手術を勧めてくれ、予約の日程まで決めた。その後、手術用の自己血の用意、仕事の段取りなどを準備しつつ、何となく医師の指示に疑念を感じながらの日々であった。

日本医大の丸山千里博士の丸山ワクチンを自ら調べ、ワクチン注射を受けてみることにした。O医師は、「これは昔から随分やりましたが、あまり効果はなかったのですよね。でも注射はしてあげますよ」と言って即実行してくれた。週3日通い射ち続けた。

予定した手術日程を延期し、不安の中、仕事を続けながらワクチン接種を続けた。少し身体が熱っぽくなる感じはあった。今思うと、丸山ワクチンは結核菌を身体に入れ、患者自身の菌に抵抗する免疫力を利用してがん自体を抑え込む方法である。熱くなることは、免疫力が賦活化していた証左かも知れない。2クールが終った時点でCTスキャンによる検査を受けたが、3・2cmの肺がん組織は縮小してはいなかった。

医師との会話

肺がん患者の医学的治療（現在も行われている手術、抗がん剤、放射線療法のこと）の場合の5年生存率（治療後5年以上生きている患者）は、30〜40%であると言われたように記憶する。つまり、手術をしても生きられる可能性は3〜4割ということである。肺の手術が心臓や呼吸器に近いことから、生命に危険を与える手術である、という危機意識は持っていた。がんとは別に手術自体がそれ単独でも、生命への危険を持つものであると感じた。なぜそう感じたかには理由はなく、恐らく、私自身の動物的本能がそのような考え方を引き出したのである。

「がんはなぜなるのですか？」「それは分っていないのです」「では、手術しただけでは再発しない保証はないのですか？」「そうですが、経過観察を続けていくことになります。肺がんの組織はなくなる訳ですから、直ちに危険な現在の状態は除去できません」「がんの原因が分らないとすると、手術でがん細胞を除去することが、なぜ治癒したことになるのですか？」「……」。手術を勧めながらも丸山ワクチン注射をしてくれる〇

医師とこんな会話を交した。

その当時感じたことは、手術と言っても、医師はその方法論に確信を持っていて、訳ではない。唯、それ以外に勧められる方法はない。それで患者が死亡しても、医学界で認められた方法である以上、医師の責任を問われることはない。要するに、彼はテキストブックを読んで答えているのであって、治療方法に医師個人として何らの確信を持っているのではないのだな、と感じつつ、帰途に着いた。

社会に出た頃

司法試験に合格した後、当時は2年間の司法修習期間があり、準公務員として横浜地方裁判所に身を置い

た。既に横浜港は船舶中心の時代が終わり、空の時代に移っていたが、戦前期の繁栄の名残りは街のいたる所に残っていた。

何とか修習修了試験を終え、弁護士登録をして、都心にある国際法律事務所職を得た私は20代半ばになっていた。大企業の顧客を中心にした企業法務や特許権の依頼や侵害事件を多く扱う職場であった。若造ながら個室をいただき、担当秘書もつけてくれた。

ネームパートナーの一人だった原増司氏は、裁判官時代の戦後に米欧に派遣され、日本の特許法改正案を起草した人で、自ら東京高等裁判所の知的財産権部の裁判長として戦後

の日本における特許侵害訴訟の裁判実務をつくりあげていった人である。ある時、若い私を原先生が昼食に誘ってくれた。同じ大手町の古いビル内にあった「永楽倶楽部」という社交クラブで食事をした。その倶楽部の古めかしい雰囲気は気品とくつきが一体となったものであった。私好みの印象が記憶として残った。

マクロビオティックとの出会い

米国のロースクールで学んだ後、ウォール街で現地法律事務所勤めたり、当時の西ドイツ・デュッセルドルフの法律事務所勤務した後帰国し、紆余曲折の後、自分の職場をつくった。日本を出てから7年が経っていた。東京を本拠とする国際法務を中心とする法律事務所であった。その時、10年以上前に訪ねたことのある永楽倶楽部に入会した。すっかりこじんまりしたクラブに変わっていたが、社交の場として顔を出すことにした。

いつであったか90年代初期か、永楽倶楽部から「久司道夫」という人がマクロビオティック食養法の講演をすると知らされた。なぜか興味を持って行ってみたいと思ったが、当日の仕事は忙しく、仕事が一段落し



写真中央が小島氏

て顔を出した時には久司先生は立ち去った後であった。それでも事務局長の人が久司先生の著書を買っていた。私は一冊購入して、その場でバラバラと数頁目を通した。

再び忙しい生活に戻った私は、本定診断の後、方法論に悩んだ私は、ふと、その本のことを思い出した。「確か、がんか何かを食事で治したとか書いていたかな」と思い出し、自宅の本棚を漁った。ほこりを払うほど汚れたその本には、すぐに辿り着いた。

一晩で一氣に読み、翌日から本を売った会社に電話して、「この食事法の指導をできる人は日本のどこに行けば会えるのか」と尋ねた。指導できるのは、久司道夫氏本人のみであると告げられ、ポストン在住の久司先生に初めて電話をした。98年4月7日であった。この日が私のマクロピオティックの第一日目となった。

久司先生と会う

玄米菜食を始めたのは、電話を切った後、昼食に入った玄米自然食の食堂であった。魚も出ず店だったが、有機食材をできるだけ取り入れている店で、白砂糖は使わず、マクロピアンでも病気でなければ充分楽

しめる店であった。職場から歩いて5分程の位置にあった。

夕食を家で食べると伝えていたのに、家では玄米食は出てこなかった。家内と少しやりとりがあったが、まだ小中学生の2人の娘たちはポカんと私たちがの会話を聞いていた。私は仕方なく胚芽米と野菜のおかずのみに手をつけた。翌朝も玄米が出てこない中、私はすぐに自ら圧力鍋を購入し、玄米を入手して自分で炊事を始めた。

当時80歳位の母は、80km離れた地から電車で訪ねてくれて、週末を共に過し、玄米食・有機野菜を料理してくれた。母は知ってか知らずか、私の話を耳を傾け、私がやるうとしていることを何としても手伝いたいという情熱を持ち合わせていた。

この風変わりな食事を説く久司道夫という人と会うまでは、固い決意があったわけではなかった。4月下旬、同氏が訪日中の一々、都内のホテルで会う手配ができた。家内と母を同道して約束の場所に行くと、永楽倶楽部に久司先生を紹介した理事の方と、私に本を売った事務局の方も来ており、皆、真剣なまなざしで私たち家族を囲んだ。

家内は一時間半ほどの会話を横でメモを取りながら聞いていた。久司

先生の人物、経験、経歴、情熱と自信に満ちた態度から、私は少し安堵の気分になった。私の母の固太りを「陽性体質」と評したりして笑った。

その後3カ月に一度、つまり年4回は、必ず万難を排して面会を続けることになる。当時70歳代前半の久司先生は、若々しいエネルギーが豊富な講演を来日の度にこなしていた。

医師たちへの手紙

手術を勧めた主治医のO氏、セカンドオピニオンを出し、手術を勧めたT氏、勉強会の仲間の肝臓専門医で心配してくれていた友人S氏、S氏から紹介された画像診断専門医でがんセンターに居たN氏にそれぞれ手紙を書き、自分の心境とマクロピオティック食療法でやってみるといふ決意を伝えた。何人かは、翻意して手術を受けるように、と返事をくれた。私も恐いもの知らずで、マクロピオティックを研究して、ぜひ医学療法に生かして欲しい、とも書いた。

食養を続けていく中で、今まで医師として忠告してくれた人たちから黙って離れていくのは非礼なことのように思えた。今思えば、唐突とも思える要求をしていたことになる。

マクロピオティックは必ずしも科学ではない。哲学のように思える。医学は一応科学を標榜している。科学とは客観性、再現可能性、論理性、データによる立証の可能性を土台として成り立つ。医師たちが受けてきた教育からは到底受け容れることはできない体系でマクロピオティックはできている。それは後から分ったことで、当時の私は必死に肺がん克服の解を探し求めていた。

この食療法も医師たる者、その使命に忠実ならば学習の対象とすべきではないか、と単純に信じた上での行動であった。実は、医学が科学的と言えない治療法をたくさん用いていることは後で知ることになるが、その当時は、天真爛漫に医学を科学そのものと信じていた。



マクロビオティック実行の鍵

15年以上経った今も、喉の違和感や身体に出る湿疹に悩まされることは多い。過去にも倦怠感が半年位続いたりしたこともある。7年目の最終に受けたCTスキャン検査では、肝臓にしこりが映像として撮られており、肝臓がんの疑いがあるので、精密検査を示唆されたりもした。

6年前には、マッサージで知り合った医師から、肺がんが拡大している恐れがあるからすぐに精密検査を勧める、という電話をいただいたこともある。これらの医師は、自分の拠って立つ医学、または医学らしき予知法により、色々なことを言う。結果論だが、肝臓の検査も肺の検査もそれ以上行うことなく、食養と疲れない毎日を過すことに徹して今に至っている。

医学という体系から見える問題意識は、ある分野には一定の有効性はある。しかし、あまり有効性がないか、むしろ検査や治療法が健康を害してしまう場合もある。それは、医学の出てきた背景や人類が長い間置かれた環境と無縁ではないように思う。

人類は生まれてから何十万年もの間、栄養不足と飢餓の中で生きてき

ている。現在の日本のような栄養過多は、人類史として初めての経験である。第一次大戦の頃(1914年)までは、人の平均寿命は50歳位であった。その頃までに、医学もレストランの食事のメニューもできあがっており、今もそのまま使われている。病気をすればすぐに治して、社会復帰しないと家族を養えない。だから速効性のある治療法を考えることになる。50歳を過ぎた者が外食をすると、油っこ過ぎるし、量的にも多過ぎる。医学にとって、豊かさ故に起るがんという病気は、未だ成功体験のない難しい領域である。



恐らく各個人の身体中で一番弱い個所に発生し、身体全体の異常を表現して警告するものである。過剰栄養や精神ストレスの蓄積は血液の汚れや質の低下を惹起するであろう。血液の質とがん細胞発生のメカニズムは、生物学や医学では不明である。要は分からない、とされる。しかし我々の直感や伝承医学では、血液の汚れは重要な原因のひとつと捉えている。疲れを溜めないことはもちろん、精神ストレスを溜めないことも正常細胞にとって重要な要素である。

こう捉えてくると、がんの発生原因は身体全体の状況に起因するのであって、部分ではない。生活習慣病という名前はその意味で正鵠を得ている。では、細胞を部分として除去したり、化学的に殺したり、焼いたりする現代医学の方法は、がんの治療法として完全に外れたところで空回りしているということにはならないであろうか。

細菌学で飛躍的に社会の信頼を得た19世紀後半に活躍したパスツール(1822~1895)やコッホ(1843~1910)などの細菌学者は、細菌を殺すという方法で病気を治すことに成功した。20世紀後半の医学は、その思考の延長線上に

がん細胞憎しという発想で進行している。ひとつの成功体験が次の成功を阻んでいると言うべきか。優れた検査技術は日進月歩だが、人間の健康を身体全体として捉えず、部分として治す、または対症療法を行うという方法論は、ことがんのような全身病には有効性はないのではないかと、と思う。さすれば万一の場合、医学に頼って治そうとする思考方法を放棄することである。

マクロビオティック思考法、即ち毎日の体調を自分で感じながら、食や運動・瞑想を含めて、自己管理していく、自分が自分の主治医になること以外に良い方法はない。マクロビオティック実践と継続の要諦はこれに尽きるのではなからうか。



こじま ひでき

1947年生まれ。早稲田大学法学部卒、1970年司法試験合格。1973年に弁護士登録。フルブライト留学選考に合格。1978年米国サザンメソジスト大学ロースクール修士、1979年米国ジョージタウン大学ロースクール比較法修士。1981年ニューヨーク州弁護士登録。東京の湯浅・原法律特許事務所、ニューヨークのリード・アンド・プリースト法律事務所、旧西独デュッセルドルフのホイキング・キューン・ヘアホルト法律事務所、各勤務を経て、1984年小島国際法律事務所を設立。