

健康文化

アメニティは現代病を解く鍵

鳥居 新平

5月は1年のうちでも最も快適な季節である。とくに今年は大型連休といわれ不況のせいか企業によっては10連休が保証されているという。暇と金は両立しないようであるが、それなりに工夫すれば結構レジャーを楽しむこともできる。海外旅行も結構お金も時間もあまりかからなくなった。地球の裏側まで1日足らずで行くことができる時代である。スピード化は確かに科学技術の進歩の産物であり、文明は利便性という面で私たちの生活を豊かにしてくれた。しかし一方では心の豊かさまで満たしてくれたとは決していけないのが現状である。旅のスタイルもスピード化され、短期間にできるだけ多くの場所を観光しようとビッシリ詰まったスケジュールに追われる状況である。こんな状態では日常生活からの解放感はもちろん新しい出会いの喜びなど旅の楽しみを満喫することさえできない。

連休をひかえ、人々の行楽の楽しみに水をさすかのように名古屋空港で飛行機の大惨事がおこった。原因はまだ不明であるが人為的ミスかハイテク制御機構の狂いということも考えられる。いずれにしてもハイテク技術によるスピード化と操縦のオートメ化が惨事を大きなものにした可能性がある。

操縦技術のオートメ化は確かに操縦士の負担を軽くし、操縦中にティータイムをゆっくり楽しむ余裕さえ保証したのである。

コンピューターの開発は確かに人の能力も及ばないような迅速で正確な判断を可能にし、利便性という面では大いに貢献したが、融通がきかないので人為的な判断、操作ではありえないような大きな過ちを犯してしまうという危険な面ももっているのである。

私たちは快適な生活を求めて文明の発展に努力してきた。快適とは一体何であろうか。「心理的に不快を感じないこと、ストレスが溜まらないこと、健康で普通の生活ができること」などと簡単にいってしまえばそれまでだが、なかなかその客観的評価は難しい。

現代は確かに昔に比べ、快適な条件がそろってきたといえる。例えば映画館まで出掛けなくても家で寝転がってビデオで映画を楽しむこともできる。ワー

プロを用いれば文字を書いたり、正確に覚えたりする手間がはぶける。しかし快適といってもこれはあくまで利便性という面に限ったことであり、心理的なストレスの減少や生きがいなど生活の質の改善とは必ずしもつながらない。

私たちはどちらかといえば文明の発展の目標としてあまりにも利便性にこだわり過ぎて生活の質の改善に鈍感になってしまっているのではないだろうか。

このような問いかけは現代病に取り組んでいる医療技術者にとっても重要な課題である。

私は今年の4月に熊本で開催されたある学会で「アレルギー患者のQOL」というシンポジウムの講師と座長を委嘱された。

最近いろいろな疾患の治療成績の評価基準にQOL (quality of life:生活の質) という要素が大きく取り上げられるようになった。

医学の進歩は確かに急性疾患を減らし、疾患による死亡率も減らしたが、急性症状がとれてもその後遺症に悩む慢性疾患はむしろ増加傾向にあり、その多くが現代病として注目されている。このような病気には悪性腫瘍を始め各種成人病、アレルギー疾患などがあるが、これらの疾患では身体的苦痛、精神的不安を取り除き、ストレスを減らし「快適」な条件を満たすことはもちろん必要であるが、さらに一步進んで生きがいを見出だすところまで到達させることが必要になる。

アレルギー疾患に関しても急性症状を薬物で予防したり、治療することは医学の進歩により比較的容易になった。ところが患者の不安を軽減し、自信をもたせるには日常生活における症状をコントロールするための正しい自己管理の方法の指導とさらに家庭や社会における人との交わりがうまくゆくこと、さらに職場における職業能力あるいは学校における学業成績の低下を防ぐばかりか、むしろこれを向上させるような方向への指導もなされねばならない。

このシンポジウムの討論の中で医療技術者としてとすれば忘れ勝ちな患者の生活の質まで踏み込まねばならない現代病の治療の難しさをつくづく思い知らされた。

私たちは環境に関してともすると同じような過ちを犯し勝ちである。例えば快適な室内環境づくりのためにエアコンシステムの開発が盛んにおこなわれている。その目標とするところは空調設備の宣伝文句にしばしばみられるように「厳寒の冬には常夏のハワイ暖かさ」と「酷暑の夏には高原の涼しさ」である。

このように私たち健康人が快適と感ずる最も大きな環境要因は気温や湿度、気流などの温熱的要因であるらしい。寒い、暑い、風通しが悪い、湿気が多いなどは環境についての不満に最もよく用いられる言葉である。室内環境に関す

多くのアンケート調査の結果でも居住者の不満は空気の質より温熱環境に対する方が圧倒的に多い。

ところが健康に最も大きな影響を与えるのはむしろ空気の質である。

非排気型の石油ストーブを用いることが多い冬期には大気汚染物質として注目されている窒素酸化物や浮遊粒子状物質、CO、CO₂などが室内で増加する。NO₂に関する私たちの調査でも暖房期には室内では室外の平均2倍の汚染がみられるし、時には大気環境基準の数倍に達することもある。また湿度が上がりやすく換気が悪い最近の住宅ではダニやカビの異常増加がみられる。ダニは感染の媒体ともなるし、喘息やアレルギー性鼻炎などの原因アレルゲンとしても注目されている。カビは抵抗力が弱った高齢者や小児では時には致命的にもなる感染症の原因になるばかりか、ダニと同じようにいろいろなアレルギー疾患の原因アレルゲンともなる。

このような空気の質の悪化については多くの健康人は余り感じないようである。例えば真冬になると暖房機具使用中のCO中毒が時々報じられるが、味も臭いもないCOの汚染には気づかないための事故である。NO₂、ダニ、カビについても同様なことがいえる。

このような温熱環境と空気の質に対する感覚の差は私たちにとって非常に危険である。言い換えれば私たちが一般に快適と感じている環境は必ずしも健康な環境ではなく、知らないうちに健康が蝕まれていることがありうるのである。

要するに生活の質ばかりでなく空気の質に対する感受性の悪さが現代を健康に生き抜くために大きな障害になっているといえないだろうか。

今回の学会は会議が多く何となく落ち着かなかったが、暇をみて水前寺公園を訪れた。次の予定があるので時間を節約するためにタクシーで行こうと思ったが、ふと思い直して市街電車を利用した。電車に揺られながらようやく何かから解放されたような気分になった。公園についた頃にはすっぴりのんびりした旅の気分になり、明るく広々した庭園の眩しいような青葉、新緑の薫りに視覚も臭覚もすっきりリフレッシュされたようであった。最近ではほとんど口にしたことはなかった抹茶を池のほとりの茶屋で一口味わった時、「これがまさしくアメニティだ」という思いが突如私の脳裏をかすめた。

次の会議の時間に間に合ったかどうかはさておき、この学会はアメニティと現代病との関わりを改めて考えなおす良い機会を私にあたえてくれた。

*アメニティ：快適性の質や物事を現す概念

(名古屋大学医療技術短期大学部教授)