特集

がんにどのように向き合えばいいのか

～がんが住みにくくなる身体づくりの会

がんが住みにくくなる身体づくりの会（主宰・和田洋巳 京都大学名誉教授）

4月16日に京都市左京区の京都大学医学部・芝蘭会館で開かれた「がんが住みにくくなる身体づくりの会」

和田洋巳（わだ　ひろみ）

1943（昭和18）年、大阪府生まれ。からすま和田クリニック院長。『知恩』誌で2021（令和３）年から『医道を求めて』連載中。新刊に『がん劇的寛解～アルカリ化食でがんを抑える』（角川新書）。

『知恩』誌上で『医道を求めて』を連載中の和田洋巳・京都大学名誉教授（78）＝からすま和田クリニック院長＝が主宰する「がんが住みにくくなる身体づくりの会」が、先ごろ京都市左京区の京都大医学部・芝蘭会館で開かれました。新型コロナ感染症の感染拡大で開催を控えていて、３年ぶりの開催。詰めかけた患者・家族らが、がんを取り巻く最新の知見も含め、がんが住みにくくなる身体づくりへの対処法を学びました。巻頭特別寄稿は、いま注目の腸内フローラなど腸内環境を整える問題に詳しい京都府立医科大学の内藤裕二教授による『新型コロナウイルス感染症時代における腸内環境と健康』です。いずれも食生活に関連する貴重な提言となっています

（編集部）

●マニュアルに固定された発想から抜け出せない医師たち

「がんが住みにくくなる身体づくりの会」の発足は２００９年です。京大医学部の胸部外科で肺がん治療を主導していた和田院長は、２０００例以上の外科手術実績の持ち主ですが、「ほぼ完璧な手術をしても、何％かの患者は再発を繰り返す」ことに外科治療の限界を感じていたため、大学の定年退官を機に、発想を１８０度転換。自ら外科医療以外の道を探るべく、末期がんで手の施しようのない患者が、食養生などから劇的寛解に至った症例などを手掛かりにクリニックを開設し、ほぼ平行して「がんが住みにくくなる身体づくりの会」を発足させています。

今春４月16日の会は３年ぶりとはいえ、通算18回目。集まった患者・家族は、地元京都など近畿圏をはじめ、甲信・首都圏などから山陰エリアの島根県まで幅広く参加。収容定員２３０人の稲盛ホールには、３密回避の観点から、参加者はいつもの半分以下の約90人に制限されま

したが、静かな熱気に包まれていました。

休憩を挟んで登壇した和田氏は『がんはどのようにしてできるのか？　がん治療に何が必要か』をメインテーマに、「がんにどう向き合えばよいのか？」「（食事による）アルカリ化療法の効果」の二つを軸に講演。外科医療の第一線を離れる頃から取り組んできた経緯を振り返り「いろいろなことをやってきて、もう15年。時々は皆さんにこうして思っていることを話すのはいいなぁ」と開口一番、コロナ禍に揺れた2年余りの感慨を披露。最近、読んだ本の話として、哲学者の内田樹（たつる）・神戸女学院大学名誉教授（71）提唱の『日本の反知性主義』の問題点を医療分野に置き換えながら話を進めます＝『知恩』誌6月号連載参照＝。「医学界にもさまざまな学会が存在します。長年、その道に携わっていると、結局、各学会のマニュアル作りを一生懸命やり取りするうちに、『私はこのマニュアル（手引書）通りにやる』と、固定された思考パターン、発想から抜け出せなくなり、微妙に異なる目の前にいる患者それぞれの実態に即さないで、マニュアルに頼ってしまう」問題点を指摘。この落とし穴に落ちないためにも「反知性主義に陥らないように、自覚して対処することが欠かせない」と和田氏は述べます。

患者個々の事情に合わせて、最適な医療はどうあるべきか、それをよく考えてマニュアルだけに捉われない医療こそが求められる、と強調。これらは、連載で常に俎上（そじょう）に挙げられていた「考えない医師」「患者を診ないでマニュアルしか頭に置いていない医師」への警鐘と言えるでしょう。

●多飲酒、肉食・乳製品・甘い物好きから「さよなら」を

続いて、本題の「がんのできる仕組み」について学術的な知見も含め、かなり専門的な話も織り交ぜた話となります。

なぜ、がんができるのか？　根本的な問いですが、人間の身体の細胞の中にはミトコンドリア（エネルギー生産工場である細胞小器官・体重の10分の1に相当）が存在していて、酸素を取り込みながらエネルギーを産み出す→酸素が届かないとミトコンドリアは崩壊し細胞が死滅する（アポトーシス現象）→このアポトーシスを回避し単独で生き残る道を選んだのが「がん」。このがん発生のメカニズムに重要な役割を果たすのは、男性の場合（多くの男性がん患者の場合）で「多飲酒、肉食好き、飲酒後の下痢・軟便、時には喫煙」とし、女性の場合では「乳製品好き、甘い物好き（洋菓子、クリームの多いケーキ類）、便秘気味、時に加えて飲酒、しめパフェ」との見解を示します。氏は「がんになったときは、治療時に肉食、高脂肪食をやめなければ、がんは治らない」と結論づけます。

がんが見つかり、炎症が高く、体内環境が酸性のままで治療（抗がん剤治療）を受けると、あまり治療効果が出ずに逆に副作用が過剰に出てしまいがちなことに着目し、体内環境の改善を強く意識することを勧めます。

高脂肪食・肉と乳製品・牛乳などが良くないのはなぜか。和田氏は「肥満による糖尿病、高血圧、トランス脂肪酸の過剰摂取により血管に変化が生じるため、細動脈血管径が狭まったり弾力性がなくなったりする弊害に続き、酸素は供給されないが栄養分は供給されている状況が生じます。このような状況ががんを作ってしまうわけです」。専門的には「サイトカインストーム（細動脈炎）が生じている」と言われます。ここで分かるのは、がん患者の身体の酸性化であり、食事が身体に与える影響を過小評価してはいけない―ということでした。