

【Current Views】

米国の統合医療の現段階
Current Status of Integrative
Medicine in the US

安西 英雄*
Hideo ANZAI*

アンザイ・アンド・アソシエイツ

【要旨】

米国では統合医療がますます隆盛である。多くの大病院が統合医療を提供し、多くの大学が統合医療センターを設け、現代医療の最先端の人々が統合医療の学会に集う。米国議会上院や国立アカデミーの医学院まで、すなわち米国は国をあげて統合医療に注目している。

それは統合医療が医療を容れさせる可能性があるからである。統合医療とは、治療手段の統合、施療者と受療者の統合、人間の多面性の統合、医療体制の統合など、多面的な統合を目指す新たな医療のパラダイムである。

米国の統合医療の新潮流は、こころや食事・栄養の重視である。よりよい治療成果を挙げるためには、患者の日ごろの暮らしぶりが重要であり、そのために患者の啓蒙が不可欠である。その重要性を提示するために最近用いられているのが統合ヘルスという新しい概念である。

米国の統合医療は、医療のありかたとしても、健康に暮らすための生き方としても、われわれに大きな示唆を与えている。

【キーワード】

統合医療、補完代替医療、統合ヘルス、全人的、栄養

はじめに

米国では統合医療がますます隆盛である。その概要は本文を参照されたいが、なぜ米国では統合医療がこれほど着実に広まっているのだろうか。統合医療の施設を訪ね、関係者たちと語り、統合医療の学会への出席を重ねると、その答えがおぼろげながら見えてくる。米国の統合医療は、治療に補完代替医療も取り入れる、というだけのものではないのである。

本稿では、日本にはなかなか接することのできない米国の統合医療に関する最近の話題や具体例を紹介し、現在米国で考えられている統合医療という概念の内包する豊かさと可能性の一端をお伝えしたいと思う。

1. 統合医療の米国での浸透

1) 米国議会上院の取り組み

2009年2月、当時存命だったエドワード・ケネディ上院議員を委員長とする上院の健康教育労働年金委員会が、「統合ケア：より健康な国への道」と題する公聴会を2日間にわたり開催した。ディーン・オーニッシュ、アンドリュー・ワイルなどこの分野の専門家が10数名、統合医療の現状や目指すものについて委員会で証言し、統合医療を米国の医療改革の中心に据えるべきであると提言した。この記録はウェブ上で自由に閲覧できる^{1,2)}。医療改革はオバマ政権の最重要課題のひとつであるが、政治家も統合医療の目指す医療改革の可能性に着目しているのである。

2) 医学院の取り組み

また同じく2月、米国医学院がワシントン DCにおいて「統合医療と公衆の健康に関するサミット」を3日間にわたり開催した。医学院は米国の4つの国立アカデミーの1つで、医学や医療の問題について政府の諮問を受けアドバイスをを行う、日本の学術会議に相当する機関である。その医学院が統合医療の会議を催したということ自体、米国の医学界が統合医療をどのように見ているかを象徴している。サミットは一般からも参加者を公募し、600名の参加者を得て盛大に行われた。この記録は出版されており、またウェブ上にも公開されている^{3,4)}。

実は医学院は、2002年に補完代替医療についての委員会を設け、米国の補完代替医療の現状について研究調査を行った。その報告書は医学院の承認のもとに2005年に

「米国の補完代替医療」として出版されている⁵⁾。医学院はかねてより新たな医療の萌芽として補完代替医療に着目していたのである。

3) 大学の取り組み

大学の人々もまた統合医療に積極的に取り組んでいる。1990年代の初めから、ハーバード大やスタンフォード大など米国の有名大学が統合医療センターを設けるようになった。それが大学の枠を超えて連携し、設立されたのが CAHCIM である⁶⁾。現在 CAHCIM には北米の医科大学の約3割にあたる44大学が加盟している。

CAHCIM に加盟するには次のような条件がある。現代医学の医科大学であること（自然療法、カイロプラクティック、鍼灸などの大学は加盟資格がない）。研究・教育・診療のうち一つ以上の分野で統合医療のプログラムを既実践していること。組織として統合医療を推進することを公に表明し、学部長（学長）も支持を表明していること。学部長名で加盟を希望する旨の手紙を出すこと、などである。

現代医学の大学内には、CAM に抵抗感を示す人々も少なからず存在するはずである。それをクリアし、これほど多くの大学が CAHCIM に参加しているという事実は、大学レベルでの CAM の浸透を示すものとして極めて印象深い。

4) 病院の取り組み

AHA（米国病院協会）は全米約6000病院を対象に定期的な調査を行っているが、1998年から調査項目の中に補完代替医療に関するものが加えられた。調査結果によれば、少なくとも1つ以上の補完代替医療を提供している、と答えた病院の割合は、1998年には8%、2005年には27%、直近の2008年には37%と、年々増大の一途をたどっている⁷⁾。米国のベストホスピタル・ランキングのトップにはそうそうたる病院が名を連ねるが（表1）、これらはいずれも補完代替医療を提供している⁸⁾。

AHA の調査によれば、病院が補完代替医療を提供するのは、患者からの要請がある、臨床的に有効だから、というのが主な理由である。

中でもマッサージ療法は外来でも入院でも多用されている。メイヨークリニックでは、心臓病手術を受けたすべての患者に対しマッサージ療法を行っている⁹⁾。臨床的有用性が既に確認済みであることは言うまでも無い。

5) 学会の取り組み

現代医療の主流が統合医療に取り組んでいる良い事例として、SIO（統合腫瘍学会）をあげることができる¹⁰⁾。

表1 米国のベストホスピタル（US News Health Ranking, Best Hospitals 2010-11: The Honor Roll より転載）

1	Johns Hopkins Hospital, Baltimore, Maryland
2	Mayo Clinic, Rochester, Minnesota
3	Massachusetts General Hospital, Boston, Massachusetts
4	Cleveland Clinic, Cleveland, Ohio
5	Ronald Reagan UCLA Medical Center, Los Angeles, California
6	New York-Presbyterian University Hospital of Columbia and Corell, New York, New York
7	University of California San Francisco Medical Center, San Francisco, California
8	Barnes-Jewish Hospital/Washington University, St. Louis, Missouri
9	Hospital of the University of Pennsylvania, Philadelphia, Pennsylvania
10	Duke University Medical Center, Durham, North Carolina
11	Brigham and Women's Hospital, Boston, Massachusetts
12	University of Washington Medical Center, Seattle, Washington
13	UPMC—University of Pittsburgh Medical Center, Pittsburgh, Pennsylvania
14	University of Michigan Hospitals and Health Centers, Ann Arbor, Michigan

SIO はスローンケタリング記念がん研究所、テキサス大学 MD アンダーソンがんセンター、ハーバード大のダナファーバーがん研究所という現代がん治療の最先端の施設が中心になり、アメリカがん協会やアメリカ臨床腫瘍学会などの協力のもとに、2003年に設立された。

学会では数百人の参加者が集まり、がん治療における補完代替医療について講演、シンポジウム、ポスター発表などの形式で熱心な討議がなされる。昨年の学会ではライフスタイル、別の医学体系（アーユルヴェーダ、中国医学、ホメオパシー）、心身医学などが主なテーマとして取り上げられた¹¹⁾。

2. 統合医療の実践の例

1) ミネアポリス地域

もう1つの学会の事例にもなるが、昨年5月、ミネアポリスにおいて北米補完統合医療研究学会（NARCCIM）という統合医療の国際会議が24カ国から800人を集めて盛大に開かれた¹²⁾。母体となったのは前述の CAHCIM であるが、現地のホストとして学会の運営に大きな役割を果たしたのは、ミネアポリスおよびその周辺で統合医療に携わる人々だった。

実はミネアポリス周辺はアメリカでも最も統合医療の進んだ地域のひとつで、統合医療を実践する多くの施設があり、連携しながら統合医療の進展に取り組んでいる。

中でもアボットノースウェスタン病院ヘルスアンドヒーリング研究所、ミネソタ小児病院統合医療部門、ノー

スウェスタンヘルスサイエンス大学、ヘネピンファカルティアシエイツ代替医療センター（ミネソタ大学付属）、ナチュラルケアセンター（ウッドウインドヘルスキャンパス）、マーシュ・バランスアンドフィットネスセンターは、スタッフが学会の計画から運営まで大きな役割を果たしたばかりでなく、施設を開放し学会参加者の見学ツアーを受け入れ、その臨床・研究・教育の様子を紹介した。

2) IHH の実践

統合医療実践の具体例として、前述のアボットノースウェスタン病院ヘルスアンドヒーリング研究所 (IHH) を紹介する。IHH はグレゴリー・プロトニコフをメディカル・ディレクターとして、他に2人の医師、鍼灸師、マッサージ療法士、栄養士、音楽療法士、リフレクソロジスト、ヨガやアーユルヴェーダ専門家など、40名前後のスタッフを擁している。うち看護師は数名おり全員がマッサージ療法士などの資格も有している。このスタッフが入院と外来チームに分かれ、表2のような補完代替医療を病院の入院および外来患者に提供している¹³⁾。

IHH の病院全体における位置づけは、1つの診療科というよりも、ちょうど麻酔科のように全診療科に対し横断的に関わっている。すなわち他の診療科の医師や看護師は、ある入院患者に対し鍼灸やマッサージ療法などの補完代替医療が必要であると判断すると、IHH に対し治療を要請することができる。するとIHH の入院チームの人々が入院病棟に出向いて治療を施す。その経費は患者には請求せず、病院全体の運営費の中でカバーされる。

なお外来チームのサービスは誰に対しても開かれており、直接にIHH に申し込むことにより希望の治療を受けることができるが、これは有料となる。

またIHH はジェフリー・デュセックを研究ディレクターとし、各種の介入の臨床効果について研究を進めている。米国ではエビデンスがことのほか重視されるので、それなしにはどのような介入も臨床の場に定着すること

表2 IHH の提供する補完代替医療

入院	外来
ホリスティックな看護相談	鍼灸
指圧	バイオフィードバック
鍼灸	ヒーリングコーチ
誘導イメージ療法	ヒーリングタッチ
ヒーリングタッチ	生薬療法相談
マッサージ療法	統合医療医師相談
音楽療法	マッサージ療法
リフレクソロジー	栄養相談
その他のリラクゼーション・	治療的ヨガ
ストレス緩和療法	運動療法

はできない。

一般の人々や医療専門家に対する啓蒙もIHHの重要な使命とされている。最近の例では、マッサージ療法士に対する病院におけるマッサージ療法のトレーニングや、医療関係者を対象とした病院における統合医療についての4日間にわたる教育セミナーなどを行っている。

3. 統合の重層性

日本では統合医療は一般に、現代医療と補完代替医療を用いて患者を治療すること、と理解されている。しかしそれは実は、「治療手段の統合」という統合医療の持つ1つの局面を言い表しているに過ぎない。米国の統合医療が目指す「統合」は、もっと豊かで深い意味を含んでいる。この違いを認識することは、わが国の統合医療を成長発展させる上できわめて重要である。

1) 施療者と受療者の統合

では米国では統合医療はどのようなものと考えられているだろうか。前出のCAHCIMは統合医療を表3のように定義している¹⁴⁾。また統合医療のシンボルのようにいわれるアンドリュー・ワイルによる定義は表4のとおりである¹⁵⁾。

表3 CAHCIMによる統合医療の定義

統合医療とは、施療者と受療者の関係の重要性を再確認し、全体としての人間に焦点をあて、根拠をもって情報を伝え、最善の健康と癒しに到達するためにすべての適切な治療法、ヘルスケアの専門家および専門修練を活用する医学の実践である。

表4 アンドリュー・ワイルによる定義

統合医療とは全体としての人間（身体、精神、魂）を考慮に入れ、ライフスタイルの観点も含んだ、癒しを目指した医療である。統合医療は治療の上での関係を強調し、現代医療であれ代替医療であれ、すべてのアプローチを活用する。

統合医療の原則

- 癒しの過程における受療者と施療者のパートナーシップ
- 身体の生来の癒しの反応を促進する現代のおよび代替的方法の適切な活用
- 身体同様に精神、魂、コミュニティも含め、健康、ウェルネス、疾患に影響するすべての要因の考慮
- 現代医療を拒絶することも、代替医療を無批判に受け入れることもしない考え方
- 良い医療とは良い科学に基づき、探求に導かれ、新しいパラダイムに開かれたものであるべきであるという認識
- 可能な限り自然で、有効で、より侵襲の少ない介入の活用
- 疾患の治療と同様に、健康の増進と病気の予防という、より広い概念の活用
- 自己探索と自己発展を決意した健康と癒しのモデルとしての施療者のトレーニング

いずれも真っ先にあげているのは、施療者と受療者の関係である。米国の統合医療においては患者を治療のパートナーと考え、患者の意思と役割を重要視する。患者の積極的な理解・同意・協力を得て、患者主導で行われる食事・運動・ストレス緩和などの治療手段を加えてこそ、最善の総合的な治療効果が得られる、と考えるのである。すなわちこれは「施療者と受療者の統合」と言うことができる。

わが国の医師と患者の関係はこのようなものから程遠い。そこにはさまざまな理由があるが、統合医療の考え方が現在のわが国の医師患者関係に一石を投じることは疑いがない。

2) 人間の多面性の統合

CAHCIMは2番目に、またワイルは導入文と第3項で、人間としての全体性について述べている。全体性とは人間の身体 (body)・精神 (mind)・魂 (spirit) という3つの位相のことで、4つ目に社会 (social) を含める場合も多い。人が病むとき、それは身体が病むだけにとどまらない。精神は不安になり、生きる意味 (魂, 実存) への確信は揺らぎ、社会 (家族, 会社) での立場も変わらざるを得ない。したがって病んだ人を癒すには、身体だけを見ていたのでは十分ではなく、人間の全体性を見なければならぬ、という思想である。すなわち「人間の多面性の統合」である。身体にばかり関心が向かいがちなのが国の医療においては、極めて重要な示唆であろう。

3) 医療体制の統合

そして最善の結果のためにすべての適切な治療法を活用するという理念に立つならば、多くの治療法をひとりの医師がすべてマスターし、あるいは領導することは不可能である。多くの異なった治療技術を持つ専門家が、調和のもとに協力しあわなければならない。したがって統合医療は必然的に様々な専門家によるチーム医療となる。すなわち「医療体制の統合」である。

治療の局面によっては医師が主導することもあろうが、別の局面では別の専門家が差配したほうが良い場合もあろう。統合医療は医師の一党独裁から多党連立に、中央集権から地方分権にと医療を変えようとしているのである。

4. 最近の統合医療の新潮流

最近の米国の統合医療学会などの発表内容を見ていると、2つの大きな特徴を見出すことができる。それは「こころの重視」と「食事・栄養の重視」であり、その結果

として患者の主体性がますます重視されている。

1) こころの重視

近年の行動科学、神経免疫内分泌学、臨床評価学などの進展は、心理神経免疫学や心理神経内分泌学などと呼ばれる分野を切り開いた。その結果日常の心理的なストレスがいかにより自律神経系を介して身体に深い影響を及ぼし、疾患の発症・治療・予後を左右するかが明らかにされ、「こころは薬と同じほど Powerful」であることが認識されてきた。ストレス緩和、瞑想、マッサージ療法、音楽療法などの併用により治療効果が高まることが続々と報告され、従来は薬効評価を妨害するものとされていたプラセボ効果も、こころに働きかける介入の1つという観点から、改めて研究の対象とされている。

こころの働きが無視できないことが認識されるにつれ、こころの持ち主である患者を尊重することの重要性も当然のこととされるようになっていく。

2) 食事と栄養の重視

もう1つの特徴は、食事や栄養の重視である。分子生化学とコンピュータ科学の成果として DNA マイクロアレイなどの研究技術が普及した。そのおかげで食事に含まれる微量栄養素や運動などの生活習慣が、遺伝子の発現を鋭敏に左右しているさまが手に取るようにわかった。この分野はエピジェネティクスと呼ばれ、長足の進歩を遂げつつある。

その結果「遺伝子は運命ではない」ことが広く意識され、食事・生活習慣・サプリメントなどによる介入の意義が根拠とともに再認識されることになった。食事指導や生活指導を伴わない統合医療は、もはや考えることができない。

3) 患者の主体性の重視

こうして食事、ストレス緩和、運動を含む生活習慣などの「日ごろの暮らし」、換言すれば「養生」が治療上極めて重要であることが、広く認識されるようになった。薬を処方し手術をすることは治療のごく一部でしかなく、医師にできることは極めて限られていることが、誰の目にも明らかになってきた。

患者の日ごろの暮らしに目配りし管理するのは、患者自身でなければ不可能である。患者が全体を理解し、納得し、能動的に自分の暮らしぶりを変えていかなければならない。すなわち統合医療においては、患者の啓蒙とエンパワーメントが伴わなければならない。

5. 統合ヘルスという考え方

最近新たに提言されているのが、「統合医療」と「統合ヘルス」という言葉の使い分けである。両者の違いを大まかに言うと、統合医療とは、医師の理解と協力の下に患者に対し補完代替医療を併用することである。その有用性は現代医学的な指標が改善するか否かに基づいて医師により判断される。

一方統合ヘルス（統合ウェルネスとも言う）とは、人々に栄養・運動・心身相関の技術などを啓蒙し、基本的なセルフケアの力を高めようという教育プログラムである。看護師など医師以外の医療専門家がリーダーシップを取り、現代医学的な指標は必ずしも用いられない。この対象になるのは軽度ないし安定した病状の患者ばかりでなく、疾患の無い人も、逆に医師の手がもう及ばないような患者も含まれる。

現在多くの病院が、広い意味の統合医療という名前のもとに、狭い意味の統合医療ばかりでなく、統合ヘルスのプログラムも行っている。そこに統合ヘルスという概念を導入することにより、患者の啓蒙とエンパワーメントの重要性をさらに強調するとともに、現代医療がこれまで軽視してきた基本的な「養生」の重要性を再認識させ、その部分を担う医師以外の医療専門家に一層の力を与えようという狙いが込められている。

おわりに

米国では統合医療を目指す動きがますます進展している。その理念と活動プログラムは日本で考えられているものよりもはるかに広くて深く、医療の新たなパラダイムが提示されている。しかもこれが米国社会で着実に普及しているという事実は、この新たなパラダイムが机上の空論ではなく、経済合理性も伴っていることを示している。

ひるがえってわが国を考えると、医療制度と社会保障制度は危機に瀕し、早晚大きな医療改革が不可避である。そのとき米国で行われている統合医療は、わが国にとっても大きな示唆を与えてくれるに違いない。

個体レベルでは、統合医療は科学の裏づけに基づく新たな健康観・医療観を提示し、望ましい生活習慣（養生法）をわれわれに提案している。科学に基づいた「養生訓」の現代版がわれわれの暮らしの手引きとなる日も遠くないのかも知れない。

謝 辞

統合ヘルスの概念について懇切丁寧にご教示くださったアボットノースウェスタン病院ヘルスアンドヒーリング研究所メディカルディレクターのグレゴリー・プロトニコフ先生に深謝いたします。

参 考 文 献

- 1) US Senate Committee on Health, Education, Labor & Pension. Full Committee Hearing—Principles of Integrative Health: A Path to Health Care Reform. <http://help.senate.gov/hearings/hearing/?id=7564d5d4-5056-9502-5d57-54a9a65b6c68> August 21, 2010.
- 2) US Senate Committee on Health, Education, Labor & Pension. Full Committee Hearing—Principles of Integrative Health: A Path to Health Care Reform. <http://help.senate.gov/hearings/hearing/?id=03629575-0924-cb2e-13cb-68a8065ababb> August 21, 2010.
- 3) Institute of Medicine. Integrative Medicine and the Health of the Public: A Summary of the February 2009 Summit. Washington D.C. The National Academies Press. 2009.
- 4) Institute of Medicine. Meeting. Summit on Integrative Medicine and the Health of the Public. <http://www.iom.edu/Activities/Quality/IntegrativeMed/2009-FEB-25.aspx> August 21, 2010.
- 5) Committee on the Use of Complementary and Alternative Medicine by the American Public. Complementary and Alternative Medicine in the United States. Washington D.C. The National Academies Press. 2005.
- 6) Consortium of Academic Health Centers for Integrative Medicine. <http://www.ahc.umn.edu/cahcim/> August 21, 2010.
- 7) American Hospital Association. Press Releases & Statements. Latest Survey Shows More Hospitals Offering Complementary and Alternative Medicine Services. <http://www.aha.org/aha/press-release/2008/080915-pr-cam.html> August 21, 2010.
- 8) U.S. News. Health. Best Hospitals 2010–11: The Honor Roll. <http://health.usnews.com/health-news/best-hospitals/articles/2010/07/14/best-hospitals-2010-11-the-honor-roll.html> August 21, 2010.
- 9) Mayo Clinic. Disease & Treatments. Cardiovascular Surgery Healing Enhancement Program. <http://www.mayoclinic.org/cv-surgery-healing-enhancement/types.html> August 21, 2010.
- 10) Society for Integrative Oncology. <http://www.integrativeonc.org/> August 21, 2010.
- 11) Society for Integrative Oncology. SIO 6th International Conference: New York Academy of Medicine, Nov 12–13, 2009. <http://www.integrativeonc.org/sio-new-york-nov-12-13-provisional-program> August 21, 2010.
- 12) Consortium of Academic Health Centers for Integrative Medicine. North American Research Conference on Complementary & Integrative Medicine. http://www.imconsortium-conference.org/program/daily_schedule.php August 21, 2010.
- 13) Allina Hospitals & Clinics. Abbott Northwestern Hospital. The Penny George Institute for Health and Healing. http://www.allina.com/ahs/anw.nsf/page/ihh_home August 21, 2010.

14) Consortium of Academic Health Centers for Integrative Medicine. About Us. <http://www.ahc.umn.edu/cahcim/about/home.html> August 21, 2010.

15) Weil. Balanced Living. What is Integrative Medicine? <http://www.drweil.com/drw/u/ART02054/Andrew-Weil-Integrative-Medicine.html> August 21, 2010.

ABSTRACT

Current Status of Integrative Medicine in the US

Hideo ANZAI
Anzai & Associates

Integrative Medicine (IM) is rapidly gaining popularity in the US. Many hospitals provide IM service, many colleges have IM centers, and many people from cutting-edge institutes now gather at IM conferences. Even the US Senate and the Institute of Medicine, one of the National Academies, had held meetings on IM. In other words, the US as a whole country is paying attention to IM.

This is because it is possible that IM may transform modern medicine. IM is a new medical paradigm aimed at the integration of various and multilayered matters: integration of conventional and complementary medicines, integration of practitioner and patient, integration of the whole person and integration of the medical system, to name a few.

A recent trend in IM in the US is to pay particular consideration to mental and spiritual factors, along with diet and nutrition. The lifestyle of patients is crucial in obtaining the optimal therapeutic outcome, and therefore the enlightenment and empowerment of patients are necessary. To emphasize IM's importance, a new concept of Integrative Health is recently introduced.

IM in the US offers us a fresh perspective both on our medical system and on our personal health as well.

Key words: integrative medicine, complementary and alternative medicine, integrative health, whole person, nutrition