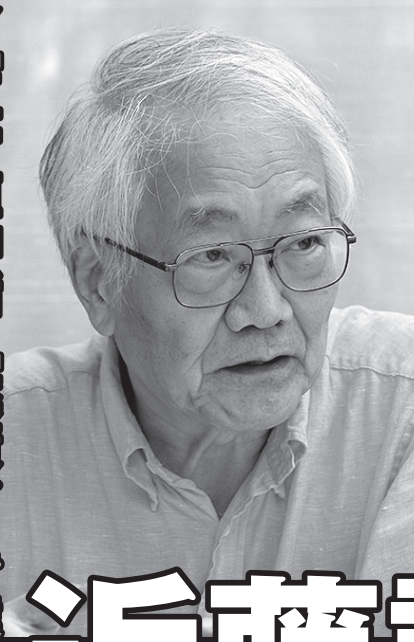


有名医師二人が告発！

医療界知られざる大罪



近藤誠 vs. 和田秀樹

医療界のタブーにメスを入れ続けてきた近藤誠医師と、老年医療に携わり、数々のベストセラーを生む和田秀樹医師。人生100年時代、健康寿命を延ばすには自分の身体や医療と、どう向き合えばいいのか。両氏がその「真実」について語り尽くす。

近藤誠 僕の近著『医者が

「言わない」こと』（毎日新聞出版）では、「なぜ医師

たちは医学上の重要な情報を患者に言わないのか」をテーマにしました。その最

たるものが健康診断ですね。みなさん受けていますが、

まったく意味がない。

和田秀樹 健康診断をする

と多くの人に何かしらの数値の異常が見つかってしまう。それで病院に行くと薬

を処方され、患者に仕立て

上げられてしまふんですね。

近藤 実は欧米には、職場の健康診断や人間ドックは存在しないんですよ。なぜなら、海外はエビデンスを重視しているから。199

1年に著名な医学誌『JAMA』（米医師会雑誌）に

「健康診断をして医師の診察を受けても長生きできるわけではない」「むしろや

ればやるほど逆に死亡率が

▼「正常値神話」「薬漬け」で健康寿命が短い
希望が持てる逝き方

こんどう・まこと 1948年、東京生まれ。73年慶應義塾大医学部卒業。『医者に殺されない47の心得』（アスコム）など著書多数。近著に『医者「言わない」こと』（毎日新聞出版）
わだ・ひでき 1960年、大阪生まれ。85年東京大医学部卒業。和田秀樹（こうと）のクリニック院長。『80歳の壁』（幻冬舎新書）など著書多数

近藤誠 vs. 和田秀樹



健康に生きるコツをタブーなしで語り合った
和田医師（左）と近藤医師

高くなる」と発表された。当時、日本の医師の間でも話題になりましたが、一般の人にはその事実がまったく知られていません。

和田 私も職場の健康診断は上手に逃げています。もしやっていたら30代から薬漬けになっていただろうな。
近藤 僕はずっと健診不要論を唱えてきたんです。定年退職した慶應義塾大病院の医者も昔は健康診断に懐疑的な人が多く、5割ほどの受診率でした。でも2001年に厚生省と労働省が

統合再編して厚生労働省になつてから、圧力が強くなった。結局は、僕以外は全員受けていましたね。最後には懲戒処分までちらつかせて僕に受診させようとしたから、面白いなあと思つてね。「それなら大弁護士を組織しますよ。世間に知らせるいい機会になるな」と答えましたけれど（笑）。

和田 健康診断によって明らかになる生活習慣病の一つが高血圧ですよね。少し血圧が高いと病氣だと言われて降圧剤を処方されてしまう。でも、それが根本的に間違っているという。

近藤 本来、体にとって必要だから血圧は上がるんですよ。人間は最も高い位置にある脳に15〜20%の血液を回さなければいけない。高齢になると血管が硬く、細くなるから強い血圧をかけないと脳に血流がいかないんです。これは体の調節システムが働いた結果だから、下げてはいけません。それなのに降圧剤を飲んで血圧を下げると体は「ピンチだ」と反応して、なかなか下がらない。逆に薬をやめると体が楽になって、血圧が下がるんです。

和田 体というのは数値が高いより低いほうがむしろ問題があるんですよ。コレステロール値にしても下がりますと意欲減退やうつ

ら、下げてはいけません。それなのに降圧剤を飲んで血圧を下げると体は「ピンチだ」と反応して、なかなか下がらない。逆に薬をやめると体が楽になって、血圧が下がるんです。

薬の副作用を知らない医者たち

状態を招くし、コレステロールは体の細胞を作る大事な物質なので、正常とされている数値より上だからといって気にする必要はありません。

近藤 体の仕組みというのはつくづくよくできています。生活習慣病関連の薬は必要ないから、今すぐにすべてやめてほしい。それに薬には必ず副作用がありますからね。

和田 私が非倫理的だなと思うのは、健康診断の結果が少し基準値を外れただけで敏感に反応する医師たちが、薬の副作用についてはほとんど無視していることです。薬を飲んで数値が下がると「良かった」でおしまいにして、副作用で「体がだるい」と言っても何も聞いてくれないですよ。

近藤 副作用が出ると、症状を抑える薬を出す。それで雪だるま式に薬が増えていく。薬を処方しないと医者は商売が成り立たないから、副作用を認めないんです。生活習慣病の薬の副作用もまた「医者が言わないこと」の最たるものですよ。

和田 もう一つは文化や教育の問題ですね。僕は90年代前半に米国留学していた時、研修医たちは製薬企業の営業担当に薬の副作用について必ず聞いていたんです。でも日本の研修医や若い医者は次のゴルフの約束か、飲みに行く話ばかりで。

近藤 日本の医者は副作用の勉強を本当にしていない。**和田** それから人間ドックやがん検診も見直しが必要ですね。多くの人はがんを早期発見して切除すれば転移を防げると考えている。でもがんの専門家の近藤先生は、そうではないと仰っていますね。

（※1）たちばな・たかし 首相退陣につながった「田中角栄研究」などの調査報道や、『臨死体験』『死はこわくない』（ともに文藝春秋）などの著書がある。評論家、ジャーナリスト。2021年4月30日、80歳で死去。

医療界知られざる大罪

理があると現代科学では結論づけています。すでにあちこちに転移しているから、がん検診は転移を防げるものではないのです。

和田 私は老年医療に携わっているので、高齢者でがんの手術をした人と、していない人を数百人単位で診ています。手術や化学療法をやり、その時は悪性腫瘍を切除できたと思っても、体力が落ちて美味^{おい}しいものも食べられずに痩せて、生活の質が下がる人がたくさんいる。高齢者に手術を勧める気にはなれないですね。**近藤** 医療界における大きな秘密の一つに、「手術をするとがんが暴れる」というのがある。手術などの医療行為によって、むしろがんが活発化する可能性があるのです。でもこの事実を知られてしまうと手術を希望する人が減るから、外科医としては何としても隠し通したい。そもそもがんは

老化現象の一つです。皮膚だとイボだと思ってるのままだにしていますが、内臓などに行くと、どうしたらいいかわからなくてみな慌てふためいてしまう。

「抗がん剤は効かない」と認める

近藤 さらに抗がん剤が効かないというのも、医者が言わないことのひとつです。**和田** 確かに、抗がん剤を打ちたがらない医者は多いように感じます。あくまでも私の印象ではありますが、

近藤 ジャーナリストの立花隆さん(※1)は膀胱がんになった後、よく講演会に呼ばれた。ある時、彼以外は全員がんの名医や重鎮で、控室で抗がん剤の話になったそうです。「結局、抗がん剤で治るなんてありえないんですよ」と一番偉そうな先生が言ったら、誰も反論しない。立花さんは「それなら近藤さんが言ってい

和田 高齢者専門病院に勤務していた頃に、亡くなられた年間100人ほどの解剖結果を見続けましたが、85歳を過ぎて体内にがんのない人はいませんでした。

ることが正しいんじゃないですか」と尋ねたら「そうですよ。医師ならみんな知ってることです」と。

和田 医者を通じてはいけないということですね。

近藤 その通り。抗がん剤の副作用による治療死もすべて「がん死」と扱われてしまうので、患者にはその実情が見えてこない。医者の常識が一般社会に漏れないようにする、鉄壁のバリ^アがあるから、そこに風穴をあけなければいけない。どれほど抗がん剤は効果がないか、副作用が多いかを知ったうえで、それでも受けるという患者側の選

択はあってもいい。でも、その前に事実を正直に、正確に伝えるようにしていかないと。

和田 私も3年ほど前に血糖値が660mg/dl^キになって、1カ月で5^キも体重が減ったんです。膀胱がんかもしれないとCT検査もしましたが、がんは見つからなかった。結局は糖尿病でした。でもその時に、もしがんで手術や抗がん剤、化学療法をやったら今日から何の仕事もできなくなるな、と。それなら残りの人生は好きな映画を撮ったり、美味しいものを食べたほうがいいし、大事なんじゃないかと思った。その開き直りの体験が、今の自分の人生観に影響を与えています。**近藤** 欧州の格言通りの考え方ですね。有名な「メント・モリ」は「死を意識しろ」という言葉だけれど、その対句として「カルペ・デイム」というのがある。

それは「今日という日の花を摘め」という意味です。「死は必ず来るから、それは仕方ないものと覚悟して、今という時を大切に、楽しく生きなさい」と言っている。そんな人生をまっとうされた方に、中村仁一医師(※2)がいます。大ベストセラー『大往生したけりや医療とかかわるな』(幻冬舎新書)という著書もある、僕の最も敬愛する医師です。**和田** 中村医師は無理に治療をしない、自然死を推奨されてましたね。

近藤 高齢者を多く診てきた経験から、がんは放っておくと痛まない、苦しな^いいで死を迎えられると知っていたんですね。ご自身も2020年に突然、呼吸困難になって、レントゲン検査や血液検査をしたら、どうやら肺がんだとわかった。でも「自分も80歳だからついに来たか」とそれ以上の検査はすべてやめて、その

(※2) なかむら・じんいち 長野県生まれの内科医。財団法人高橋病院院長、理事長を経て2000年2月から京都の社会福祉法人老人ホーム「同和園」付属診療所所長。1996年から、市民グループ「自分の死を考える集い」を主宰。著書に50万部のベストセラー『大往生したけりや医療とかかわるな』(幻冬舎新書)などがある。2021年6月、81歳で死去

後も1年ほど生きられたんです。最期の日まで歩いて、自分自身で食事を取り、楽に眠るように亡くなった。我々に希望を与える、お手本のような逝き方でした。

和田 医者を信じるなどという先ほどの話ですが、今回の新型コロナウイルス感染症でもそれは明らかに思ったと思います。医者いいなりになってマスクをして、2年以上も自粛生活をした結果、高齢者は筋力が落ちて歩けなくなったり、認知症の症状が表れた人も大勢出てきた。つまり、素直にお上や医者の言ったことを信じて守った人ほど、大変な目にあっているんです。それに対して日本老年医学会も日本精神神経学会も、「自粛生活は困ります」という発言を一度もしていないんです。僕はこれは本当にひどいことだと思っています。

近藤 まったく同感です。

日本と欧米諸国を比べると、人口100万人あたりの死亡数は10分の1以下です。日本で亡くなったのは一部の虚弱な高齢者がほとんどで、同じ高齢者でも元

隠されるワクチン死と副作用

和田 日本人は90歳以上が200万人、要介護5が60万人います。そういう人たちは新型コロナだけでなく、インフルエンザや風邪でも亡くなっている。

近藤 PCR検査をするから、新型コロナが目立つだけだね。外国では要介護になつて自ら食べることでできない人に食事介助はしません。自力で食べられない人に一生懸命スプーンで食物を口に運ぶのは虐待以外、何物でもないと考えられている。

和田 それから子どもたちもコロナ禍の被害者ですよね。日本小児科学会や小児

気な人は問題ない。それなのに欧米で多くの人が亡くなったとの理由でみんなが脅されて、マスクもするし、ワクチンも打つようになった。

科医が、子どもにもどんどんワクチンを打てと言っている。子どもはそもそも重症化しないからワクチンはいらない。むしろ小児科医が子どもを守ってあげなければいけないのに。これが小児科医の実態なのかと怒りすら覚えました。

近藤 世の雰囲気子どもに与える影響は大きいですよ。文科省も最近、外ではマスクを取ってもいいと言っているのに、みなつけ続けている。顔を見せるのが恥ずかしいという子どもまでいて、こんな心理的影響がこのコロナ禍の2年半の間にできてしまった。将

来どういう形で問題が起きてくるか心配だね。

和田 それは大人も同じです。人間って笑顔を見ないと精神的にリラックスできないんですよ。町を歩いてみんなマスクをしている害は想像するより遥かに大きいと思う。短期ですめばすむほど後遺症も少ないのに、外すことができない。

近藤 海外の多くの国は日常生活を取り戻しています。それなのに今はまた第7波だと言て騒いでいる。

和田 国や厚労省、御用学者が、かえって人々を病気にするためにやっているんじゃないかという悪意すら感じますよ。問題なのは、「医療」や「人の命」という言葉や大義を建前にすると、自由な行動という基本的人権を奪ったり、さまざまな強制をかけても許されてしまうということ。僕は今の雰囲気が大嫌いだし、すごく気味悪さを感じま

す。それからワクチンの副作用死の数を0にしているのも、明らかな虚偽です。

近藤 ワクチンをどんどん打たせようという方針のもと、副作用が増えたら困るからと厚労省は「ワクチン接種後の死亡には、ワクチンと因果関係があると判断された例はない」としている。ワクチンの副作用と死に関する情報は厳しく取り締まられています。

和田 そう。恐ろしいほどの検閲がかかっている。僕がYouTubeでワクチン副作用について言ったら、「誤った医療情報の流布で、次にやったらこのチャンネルは無くなります」と警告がきた。言論支配や統制がとにかくすごい。こんなことが許されていいわけがない。

近藤 もう一つ言っておくと、ワクチンの副作用による死を厚労省や審議会が認めないのは今に始まったこ

とじゃない。09年に新型インフルエンザが流行った時、ワクチンの副作用で100人以上亡くなった。ワクチン接種の5分後に死亡した例もあったものの、副作用ではないとされている。

和田 それは情報操作であると同時に、国民の命より製薬会社の利権のほうを大事にしていることになるから、そういう理由があっても許されることではないと思います。審議会の委員も恥を知ったほうがいい。

期発見しようなどと思わずに、医療を遠ざけて暮らしてほしい。

和田 自分の人生を楽しむのが、何よりの長寿の秘訣

食事の塩分量も控えなくていい

近藤 食事といえば、減塩についても話しておきたいですね。日本高血圧学会では1日の塩分摂取量を6g未満としていますが、データを調べてみると、食塩の摂取が少ない人たちは寿命が短く、1日の塩分摂取量10〜15gが最も死亡率が低いんです。

和田 高級な有料老人ホームも薄味すぎて食事が美味しくないという声は多いですね。若い人はむしろ塩分を取ったほうがいいですし、高齢者も腎臓のナトリウム貯留量が落ちるから、減塩したら低ナトリウム血症がまず間違いなく起こる。

近藤 生命は38億年前に海で誕生した。我々はそこから進化した存在ではあるけれどその太古の記憶が残っていて、体の中に一定量の塩分濃度を必要としている。それなのに塩分を減らすと海水ではなく淡水の中で生きるような感じになって体が不調に陥ってしまう。昔の栄養がよくない時代はかなり塩分量の高い食物もありましたが、現代の食事ならある程度自由に食べても過剰にはなりません。

和田 とにかくいろいろな数値に捉われないことですね。近藤 「自分が健康だと思っているか」というOEC D（経済協力開発機構）の調査があって、日本は世界でも平均寿命が最も長いのに、「自分が健康だと思っている人の割合」が韓国に次いで低いんです。米国人なんて小錦クラスの太った人が山ほどいるのに約9割が健康だと思っている。日本人の不健康感は、健康診断で数値を意識させられて、薬を飲まされているせいだと僕は思っています。体というのはその人の身長や体重、骨格や暮らす場所の環境などを含めて出来上がった、それぞれの個性なんです。だから数値も、各人で違うのがあたり前。ぜひ楽観主義で日々を送ってください。

構成／本誌・鳥海美奈子

毎日新聞出版で本を作ってみませんか

お一人お一人の『出版したい』をカタチに

初めて本を出す個人の方から経験のある方、企業団体様の出版マーケティングまで、ご希望に応じた本づくりをご提案させていただきます。

- 半生を綴る自分史
- 小説・絵本
- 実用・実務書
- 社史・PR誌等

お問い合わせ

毎日新聞出版企画編集室まで

✉ kikakuhensyuu@mainichi.co.jp

詳細は弊社ホームページでもご案内しております。
書店やネットストア、電子書籍でも販売可能です

毎日新聞出版

100年 未来を楽しむための出版社