

健康交差点

企画: 日本医師会
No. 44

健康交差点では、皆さんからのご意見・ご要望をお待ちしています。医療に関する川柳も募集しています。

日本医師会
「健康交差点」

〒113-8621 東京都文京区本駒込2-28-16
FAX: 03-3946-6295
Eメール: kousaten@po.med.or.jp

健康オタク!?

辰巳琢郎 (俳優)



「いや、世の中いつの間にかやら大変な健康ブーム。やたらと増えた食番組のなかでも、「ヘルシーですねえ」という言葉を聞かない日はありません（私は極力言わないようにしてますが……）。雑誌にも、その手の記事が大氾濫。「長く生きるとても、どう生きるかの方が大切ではないですか？」と思わず突っこみを入れたくなります。困るのは、間違った情報の一人歩きや、全体を把握していないがために生ずる誤解の数々。

例えば、「油は敵」と盲目的に信じ、オレイン酸やリノレン酸が人体に必要な栄養素であることを知らない人が、いかに多いことでしょうか。オリーブオイルやひまわり油ではなく、健康を謳^{うた}っている合成オイルに思わず手が出てはいませんか？ あるいは漢方薬だから副作用はない、なんて迷信も広く信じられているようです。これは例えば、

有機無農薬だから美味しい、という論理の飛躍とよく似ているように思います。餅は餅屋、ワインはソムリエ、病気のことは医師に、薬のことは薬剤師にきちんと教わるべきでしょう。なんてことを書く私の方が、よっぽど健康オタクでしようか？

世界に誇る日本の皆保険制度



日本の公的保険制度がいかに優れているか一目瞭然です。

今回は、市場原理を導入している米国の医療制度と比較しましょう。医療費は国内総生産（GDP）比で日本の二倍もかかります。公的保険は高齢者保険（メディケア）と貧困者保険（メディケイド）があるだけで、米国民の多くは民間保険に加入しています。しかし、民間保険に加入できない未保険者が四千万人近くいて、病気になっても医療が受けられないケースも多いのです。さらに、民間保険では掛け金の額で提供される医療の内容が異なり、十分な保障を受けられないこともあります。