

「これまで見てきたように「健診」にはさまざまなリスクが存在する。もちろん、健診を受けて安心したい、というのもひとつの選択である。そして、健診を受けないというのもひとつの判断である。ここでは、健診を現在受けていない、そして今後受けるつもりはないという2人の声に耳を傾けてみることにしよう。

その考えが変わったのは、検査で「異常あり」という診断が出てからだという。

「病気かもしれない」という不安は一切ありません

「還暦になったのを機に、妻とともに健診を受けるのをやめました。もう死ぬまで受ける気はありません」
そう語るのは、拓殖大学学長の渡辺利夫氏。
「それまでは人間ドック、がん検診の他、ヘビースモーカーだったので肺のCT検査と毎年神経質に検査を受けていました」

「50代の終わり頃に受けたCT検査で『肺に影がある』と言われました。細胞診で『異常なし』とわかるまでの2週間『がんではないか』という不安にさいなまれて生きた心地がしませんでした。今後、年齢と共に検査で異常が見つかる頻度が増えるのは当然だし、その度に不安を抱えながら過ごすのでは短い人生がもつたいたいのではないか、そう考えて健診を受けるのを一切やめたのです。そうしたら驚くほどすっきりした気持ちになり、健康な身体感を得られるようになったのです。これは、やめて初めてわかったことです。今では『病気かもしれない』という不安は一切ありません」

2004年に日本人間ドック健診協会と日本病院会が人間ドックを受診した294万人を対象に行った調査「平成16年人間ドック実施状況」では、1年間に人間ドックを受診した人のうち88%、およそ9割の人が生活習慣病につながる異常が発見されたと報告されている。
「本来、人間ドックは健康

を確認しに行く場所なのに、受診者のおよそ9割の人が異常という結果は、それこそ異常です。日本は世界最高の長寿国であるのに、この結果は常識的に考えておかしい。早期発見・早期治療という方針自体が間違



毎年健診に行つて思い悩んだり痛みに耐えるよりも、人生の質を充実させて静かに死ぬほうがよっぽどいい

拓殖大学学長 渡辺利夫

わたなべ・としお ●1939年山梨県生まれ。拓殖大学学長。慶応義塾大学卒業、経済学博士。東京工業大学名誉教授。著書に「人間ドックが「病気」を生む」「健康」に縛られない生き方（光文社）など多数。

つているのではないかと考えています」（渡辺氏）

鶴見クリニックの鶴見隆史氏も健診についてこう警鐘を鳴らす。

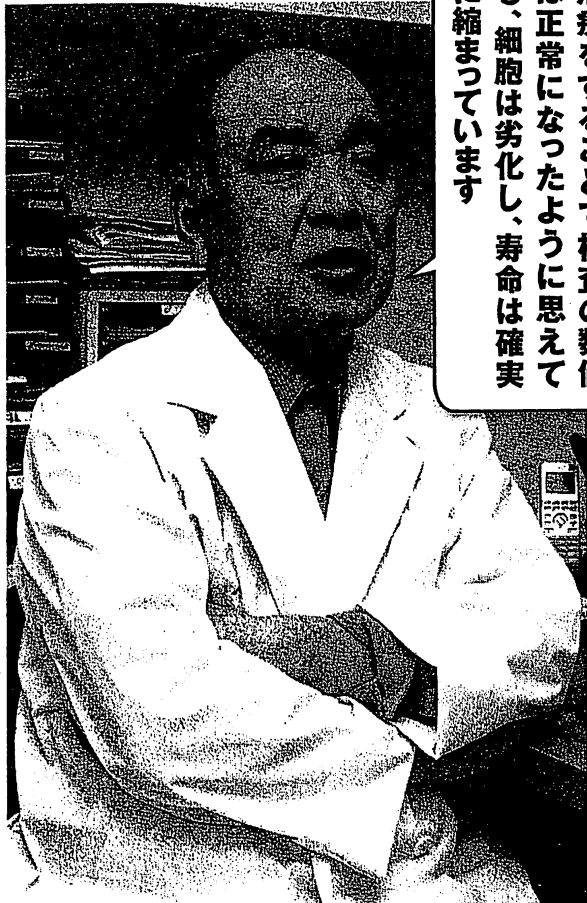
「よっぽど健康に自信があれば受けてもいいかもしれないが、ほとんどは自動的に病人にさせられるのが健診の現状です。異常があればすぐに薬を処方して、本当の病気にさせられてしまうのです」

約10年前にやめた「大学学長」と健診歴ゼロの「医者」

死ぬまで「健診拒否」宣言!!

その理由をお話しましよ





治療をすることで検査の数値は正常になったように思えても、細胞は劣化し、寿命は確実に縮まっています

鶴見クリニック院長
鶴見隆史

つるみ・たかふみ ●1948年、石川県生まれ。金沢医大卒業。西洋医学と東洋医学を統合した患者優位の「病氣治し医療」に取り組む。現在は米国ホリスティック栄養カレッジ日本校の講師としても活躍。著書に「酵素が体の疲れを取る!」(青春出版社)など多数。

現在予備軍を含めると2200万人もの患者がいるという糖尿病を例に説明をしても良かった。
「健診の前日に甘いものなどを食べ過ぎれば血糖値が高くなるのは当たり前。しかしかしたった1回血糖値が高かったという結果が出ただけで、病人という烙印を押され、下手すればインスリン投与が開始される。一般的には薬剤投与が普通でしょうがね。半年インスリンを打ち続けられ、自分では作ることができなくなり一生インスリンなしでは生きていけない体になる。19

健康を得たいはずが健康を書いているのは

渡辺氏も健診の危険性を

65年には22・5万人だった糖尿病患者は、現在880万人にも増えていて、予備軍を含めると2200万人にも上る。食生活が原因でもあるが、とにかく薬で儲けたい国や製薬会社のワナにまんまとハマった結果ではないかとも考えています」

こう指摘する。

「がん検診は誰でも知っているようにエックス線検査やCTスキャンによってなされていきますが、これらによる被ばくが遺伝子に傷をつけてがんを発症させている可能性がります。日本のすべてのがんの3・2%がレントゲン検査に由来するものだという調査結果もあります。がん検診を受ける人たちはほとんどが無症状の人ばかり。がんの可能性は極めて低いのに、検診による発がんの可能性が3%を超えるというのはおかしな話ではありませんか。またレントゲン検査を原因として発症した肺がんの潜伏期間は2〜3年であるのに対し、喫煙による肺がんの潜伏期間はおよそ25年。私はこの結果を見て、肺がん検査など一切せず、タバコを吸い続けることに決めました」

健康を得たいがために健診を

受けているはずが、かえって健康を害する結果になる。これでは本当に健診を受ける意味など全くない、渡辺氏が健診拒否する理由のひとつである。

人生の質を充実させて静かに死ぬ

慢性病には弱い。さらに根治もできない上、薬漬けの日々を送ることで副作用が出たり、新たな病気を引き起こすこともある。手術に對しても100%安全とは言いつてもいい切れません。手術を行ったことでさらにがんが広がる危険性もあるのです」

早期発見・早期治療によって命を取り留めたと思っても逆に病気が進行してしまふというのは、考えを改める必要があるだろう。

「見かけだけをよくするのが現代の医療。治療をすることで検査の数値は正常になったように思えても、細胞は劣化し、寿命は確実に縮まっています。実際、アメリカでの死因の第1位は心臓病でもがんでもなく、医師の過誤医療。01年だけを見ても78万人ほどの人が医師の過誤医療によって死亡しています。日本でもがん、心臓病、脳卒中が三大死因となっていますが、その中に医師の過誤医療も多数含まれているのではないかと疑っています」(鶴見氏)

さらに鶴見氏は西洋医学の問題点をこう指摘する。「対症療法が西洋医学の本質。それゆえ外傷などの救急には効果を発揮します。しかし、予防という観点はなく、がんや糖尿病などの

「アメリカの権威ある病院で、健診を定期的に行った人と放置した人の肺がんの死亡率を10年にわたって調査した結果によると、6年を境に検診を行った人たちのほうが死亡率が高くなっているのです。健診によって発見率は高くなっても死亡率は変わらない、むしろ上がるというのです。これならば毎年健診に行つて思い悩んだり痛みに耐えるよりも、人生の質を充実させて静かに死ぬほうがよっぽどいい。健診のおそろしさを発見してからは、私は強くそう思います」(渡辺氏)

健診、受けますか? それともやめますか?