

公衆衛生学の教育と研究に携わって

松木秀明

東海大学 医学部 客員教授

1. はじめに

2020年12月3日、福島県郡山市の郡山中央公民館で開催された令和2年室内環境学会学術大会において、室内環境学会の名誉会員に推戴していただいた。大変名誉なことであり感謝に堪えません。

私は1975年に東海大学医学部公衆衛生学教室に助手として採用していただき、以来45年に亘って、公衆衛生学の教育と研究に携わらせていただいた。ここで、公衆衛生学の基本に立ち返って、自分自身が学んで来たことを振り返ってみたい。また現在、世界的な問題となっている新型コロナウイルス感染症との接点についても考えてみたい。

2. 公衆衛生の定義

現在、公衆衛生の定義で最も広く認められているのは、ウインスロー(Charles Edward A. Winslow)の定義であると考えられる。

ウインスローは「公衆衛生とは、環境衛生の改善、感染症の予防、個人衛生の原則についての教育、疾病の早期診断と治療を行うことのできる医療と看護サービスの組織化、および地域社会のすべての人に健康を保持できる適切な生活水準を保障する社会制度の発展のために、共同社会の組織的な努力を通じて疾病を予防し、寿命を延長し肉体的・精神的健康と能率の増進をはかる科学であり、技術である。その恩恵により、すべての市民が健康と長寿という、生まれながらの権利を実現できる」としている。すなわち現代の視点からすれば、ウインスローのいう地域社会の努力とはまさに、国や地方公共団体による「公」的活動と、住民の協力による「私」的活動とが組織的に結合された地域保健計画にもとづく活動であって広義の公衆衛生にはかならない。また、急速な経済成長を遂げたわが国にとっては、国際社会における公衆衛生の発展に貢献するためのWHOを中心とした国際交流、援助計画などの行政も大きな課題であろう。

3. 予防医学について

ウインスローの定義から、公衆衛生の目的は「健康の保持・増進、寿命の延長、疾病の予防」と導くことができる。疾病の予防の学問的大系は予防医学(Preventive Medicine)で扱われ、疾病の進行段階である、感受性期、発症前期、臨床的疾病期によって、それぞれ一次予防、二次予防、三次予防に分類されている。

1) 一次予防 primary prevention

一次予防は、健康増進と特異的予防に特徴がある。

(1) 健康増進

積極的な健康状態を保持、増進することは一般的な疾病予防の最も基本的な段階である。そのために、良好な生活環境、適切な栄養摂取、快適な衣服、休養、娯楽、運動・休息施設等を確保することが重要である。またこの段階では、健康教育の役割は極めて大きい。

健康教育はたんに保健・衛生の指導だけでなく、性教育、結婚相談、退職準備者の生活相談なども含まれる。近年著しく増加している生活習慣病の予防には、日頃の生活習慣の改善がきわめて重要となる。

(2) 特異的予防

個別の疾病の病因対策であるが、この予防に適用されるのは、病気の原因が明らかな健康障害に限られる。たとえば、感染症に対する予防接種や消毒、事故の防止対策、職業病や公害による健康障害を防ぐための環境対策などが挙げられる。

2) 二次予防 secondary prevention

(1) 早期発見

病気になっても、症状がまだあらわれない初期にその病気を発見することは、病気の治癒、病気の進展の軽減、合併症や機能障害の防止、放置された場合のより重篤な障害への進展や当該疾病による死亡を防ぐことになり、実際の予防対策上の

比重は大きい。結核・循環器疾患・がんなどの集団検診、特定健康診査によるメタボリックシンドローム対象者の発見などがこれに当たる。多くの慢性疾患の場合、病気に罹ることを完全に阻止することはむずかしいので、疾病予防対策の重点は二次予防の段階に置かれている。

(2) 早期治療

早期治療は、個人の重篤化を防ぐだけでなく、感染症の場合は、患者自身の治癒と同時に、他人への感染の予防にもなる。

3) 三次予防 tertiary prevention

発症した病気の悪化を防止し、機能障害を残さないように臨床的な対策を行うこと、および社会復帰をはかるためのリハビリテーションの2つの段階がある。

(1) 悪化防止・機能障害防止

三次予防は、永久的な欠損や後遺症がまだ固定されていない状態にある場合に、機能や能力の障害を最小限にするための対策である。その手段としては損傷した四肢の運動能力を回復させ、硬直などを防ぐための早期理学療法などがある。

(2) リハビリテーション

患者を社会生活にふたたび復帰させるためにできるだけ早期に理学療法や作業療法などによるリハビリテーションを開始することが重要である。

(3) アフター・ケア

疾病・障害の再発防止、がんの転移防止など。

(4) 社会復帰の促進

病気休暇後の職場の適正配置、雇用の促進、精神科デイケア・作業療法など。

4. 健康のあり方とヘルスプロモーション

1986年にカナダのオタワにおいて第1回世界ヘルスプロモーション会議が開催され、その成果がオタワ憲章としてまとめられた。憲章のなかで、ヘルスプロモーションは、「自らの健康を決定づける要因を、自らよりよくコントロールできるようにしていくこと」と定義されている。

また、健康については以下のように定義されている。「……健康というのは日々の暮らしの資源の一つであり、生きるための目的ではない」。このようにオタワ憲章では、健康を目的としてではなく手段ととらえている。

また、健康の改善には必要な条件があることも示している。平和、住居、教育、食料、収入、安定した生態系、持続可能な資源、社会正義、公平である。

さらに、健康改善のための5つのヘルスプロモーション戦略も示した。

- 1) 健康的な政策づくり、
- 2) 健康を支援する環境づくり、
- 3) 地域活動の強化、
- 4) 個人の技術の開発、
- 5) ヘルス・サービスの方向転換。

この5つの戦略はその後のWHOによる、健康都市や包括的学校保健活動など、世界規模のヘルスプロモーション活動の基盤をなしている。

ヘルスプロモーターの新たな役割としては、以下の3点をあげた。

- 1) **advocating**：政策提言を行う。健康は社会的、経済的、個人的発展のための資源である、目的ではないという立場をとる。
- 2) **enabling**：能力の付与を行う。すべての人が、健康になるために自らの潜在能力を発揮できるような支援を行う。
- 3) **mediating**：他分野間との協調をはかる。

5. 新型コロナウイルス感染症と公衆衛生学

新型コロナウイルス感染症(COVID-19(coronavirus disease 2019))は、2019年、中国の武漢で発生した。その後、この感染症は世界中に拡散し、感染者数は1億人を超え、死者数も230万人を超えており、日本においても感染者数は、40万人を超え、死者数も6千人を超えている(2021年2月9日現在)。まさに感染症の歴史においても未曾有の危機を迎えている。

公衆衛生学の対象は、患者のみならず健康人を含めた人口集団・地域社会である。公衆衛生学の目的は、前述のウインスロー(Charles Edward A. Winslow)の定義にもあるように人間集団の健康を守ることであり、その中心に予防医学がある。また公衆衛生学の内容には、感染症の疫学、感染症対策が含まれる。現在、新型コロナウイルス感染症対策として、手洗い、マスクをつける、三密を避ける、換気の励行などが奨励されている。これらの感染症対策は、公衆衛生学的には、まさに健康な段階で行う一次予防である。また、日本において、2月から始められようとしているワクチンの接種も、特異的予防、すなわち一次予防である。また現在はかなり行われている

PCR検査は、早期発見のための二次予防対策に当たる。さらに新型コロナウイルス感染症の後遺症として、倦怠感、呼吸困難感、関節痛、胸痛を訴えるものが多く、少数ではあるが、咳、嗅覚の異常、ドライマウス/ドライアイ、鼻炎、目の充血、味覚の異常、頭痛、喀痰、食欲不振、咽頭痛、めまい、筋肉痛、下痢といった症状を訴える患者もいた。これらの対策はまさに三次予防の悪化防止・機能回復に当たる。

健康のあり方についても前述のように、オタワ憲章では、ヘルスプロモーションは、「自らの健康を決定づける要因を、自らよりよくコントロールできるようにしていくこと」と定義されている。新型コロナウイルス感染症についても、自らの健康を自ら守り、コントロールしていくために、一人一人が、多人数での会食や長時間のマスクなしでの会議を避ける。手洗い、マスクをつける、三密を避ける、換気の励行を行い、世界的に流行しているこのコロナ禍の早期の終焉を目指したいものである。

6. おわりに

私は、本室内環境学会の前身である室内環境研究会発足(1994年)から、参加させていただいている。現在、室内環境学会は会員数も450名を超えている。これまでの室内環境学会の活動は、室内環境に係わる諸問題に関し、その研究の発展を促進し、会員相互の交流を図り、健康で快適な室内環境の創造を目指すことを目的としている。その主なテーマは、

1. 室内環境因子の動態解明・モニタリング
2. 室内環境因子への曝露・健康影響評価
3. 快適環境の評価・創造
4. 室内汚染防止・対策
5. 室内環境とエネルギー消費

などである。過去、25年間の会員の研究論文、学会発表を拝見させて頂くと、その内容は、私が学んできた公衆衛生学と直結するものばかりである。すなわち、いずれの研究も人間集団の健康を守ることに役立つものと思われる。

今後は、本学会の会員・若い研究者が、各自の研究分野で研究を進展させ、本室内環境学会活動をさらに盛り上げてくださることを願うばかりである。