

## ブータンの小さな診療所

～ブータン王国東部タシガン県カリンでの試み～

坂本龍太

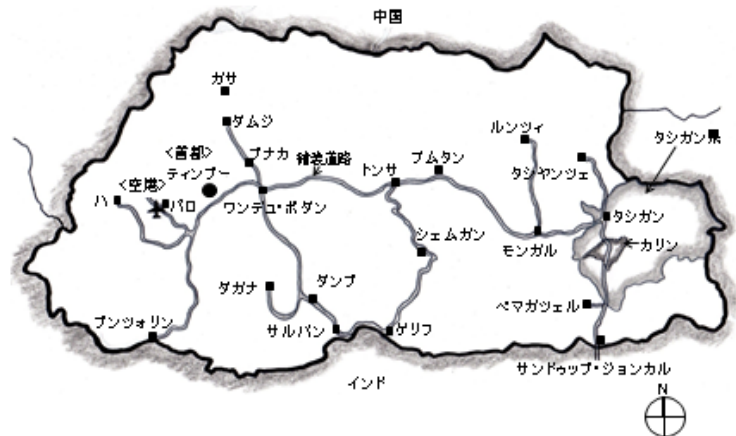
京都大学白眉センター

### 1) プロジェクトの概要と理念

プロジェクトの目的は、地域に暮らす高齢者の健康状態及び生活の質の向上にある。保健省の報告によれば、1980年代に45.6歳だったブータンの平均寿命は2005年までに66.3歳まで延長している。65歳以上人口が2005年の29,745人(4.7%)から2030年までに58,110人(6.6%)に倍増すると試算される中、ブータンも来るべき将来の高齢化社会に向けて何らかの備えをする必要があるだろう。

東部カリンで行った健診では、高血圧の頻度は約7割、脳卒中患者も複数見られ、車道に近い者に糖尿病が多く認められた。ブータンにおいても世界の他の国々と同様、生活習慣病が大きな課題になっている。医療へのアクセスの難しさを考えれば、人々の健康を守るうえで健診を通じて疾病の背景を探り予防に努めることは特に重要であると考えている。

ブータン王国地図



### 2) カリンへの滞在開始

国立民族学博物館の栗田靖之氏、京都大学の松林公蔵氏、総合地球環境学研究所の奥宮清人氏らのお蔭で小さい頃から憧れを感じていたブータンを訪問することが出来た。その背景には1957年のブータン3代王妃の京都滞在から始まる京都大学とブータンとの間に育まれてきた交流の歴史があった。その後、ブータン政府高官への折衝と挫折、ブータン首相への手紙送付からの再挑戦、保健大臣へのプレゼン、首相が座長を務めプロジェクトが国民総幸福の理念に沿うものか否かを判断するGross National Happiness Commission (GNHC) の承認を経て、滞在への道が拓けていった。カリンに滞在開始が決まったものの与えられた部屋は窓ガラスが割れており、床には穴が開いており、ダニは満載、夜中になると鼠が縦横無尽に走り回り糞を撒き散らした。フカフカのソファのある部屋を想像していた私はある種の衝撃を覚えた。カリンへ同行してくれた保健省高官も「ティンパー暮らしに慣れた私はもうこの生活には戻れない。一緒にティンパーに帰ろうか」と言った。私は「慣れる、慣れる、慣れる」という呪文を唱えながら少しずつ慣れていった。

### 3) 健診の実施

ブータンでは、診療所、県病院、地域病院、中央病院へと繋がる保健システムが構築されており、村では診療所とその出先施設である出張診療所が最前線の診療施設となり、村人の

保健を担うことになる。そこで、まず、東部カリン診療所を拠点において無理強いほしないが来ない方に対してもこちらから出向くという方針で健診を行うことにした。保健スタッフと共に議論を重ね、健診項目として日常生活機能障害、糖尿病、認知症、抑うつ状態、口腔内環境、孤立、高血圧、依存症（アルコールやビンロウの実など）、視力障害、聴力障害、転倒、尿失禁、栄養状態に重点を置くこととした。カリン診療所には当時3名の保健師と1名のお世話係の4名体制で医師はおらず、カリン地区人口約2,600名を管轄していた。この限られたスタッフで管轄地区内の全ての高齢者をケアするのは容易ではない。高齢者全員に健診を行うのは無謀なのではないかという意見が現地スタッフの中から起こったが、議論の後、カリンでは秋からツォクパ（村長にあたる）の下にいるチュポンと呼ばれるメッセンジャーを介して呼びかけを行い、ジャガイモとトウモロコシの収穫が終わる晩秋から冬にかけて16人を超える地元住民にスタッフとしてトレーニングを行い、彼らの助けを得ることで、悉皆的な健診が実現した。

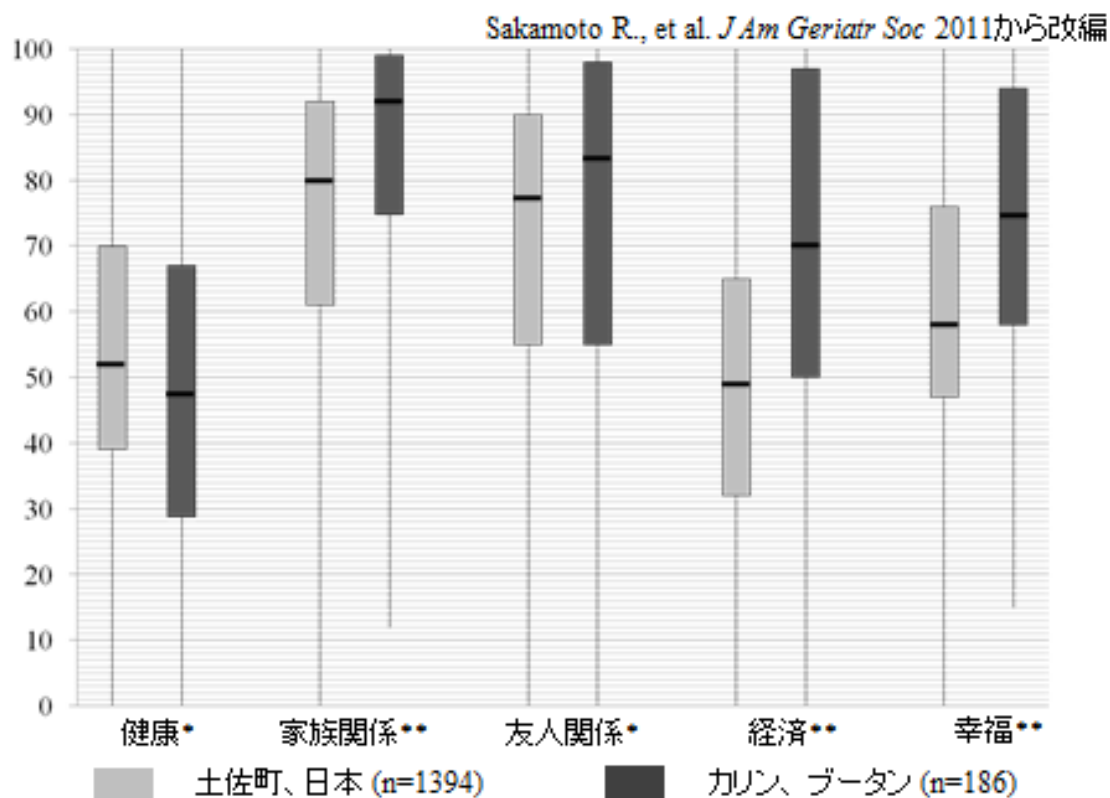
#### 4) 魅力あふれる人々

ブータンでは各地で年に一度ツェチュというお祭りが開催される。その帰り道、トラックの荷台に乗っていた一人のおばあさんの顔は真っ赤でお酒がだいぶ入っていた。途中でインドから出稼ぎに来ている方も荷台に乗ってきてトラックの荷台は満杯になった。そこでおばあさんは陽気に歌を唄い始めた。皆がにこやかにおばあさんを見守る中、一人だけ険しい顔をしている女性がいた。おばあさんの娘もここに乗っていたのだ。娘さんは厳しい声で「恥ずかしいからもう止めて!」と言う。しかし、おばあさんは気にする素振りを見せない。「お母さん! もう、母さん!」と言いながら腿を叩く娘に、「何よ、アンタは。痛いわね」とおばあさんは娘さんを軽くいなし、片目を閉じ、数珠を右手でくくりながら大声で念仏を唱え始めた。「オンマニペネフム・・・」周りがゲラゲラと笑う中、娘さんだけは俯いていた。おばあさんは隣に座っていた私の手を両手で温めながらこう言った。「あらあら。ドクターの手がこんなに冷たくなっちゃっているよ。寒いだろ?」そして、とぼけた顔をしてこう呟いた。「こんな時しか若い男の手は握れないからね」荷台の上は一同大爆笑であった。さすがの娘さんもこらえ切れずに声を上げて笑った。インドから来た方も、日本から来た私も、昔からカリンに住む方々も、みんな一緒に腹を抱えて笑う。車は山道をゴトゴトと進んでいく。空を見ながら思うのであった。「何かいいよな一こういうの」。

#### 5) 健診の功罪

健診を受けても全ての疾患が予防できるわけでも治るわけでもない。健診を受けた後に残念ながら亡くなった方もいる。加齢は様々な疾患の重要な危険因子であり、集団として見た場合、高齢者では特に年齢が進むに従い死亡する危険性が顕著に高まる。ある村に非常に重篤なおじいさんがいることを知らされ、往診に出かけた。末期の肝臓がんだった。私は何も役に立てず、家で御家族に見守られながらおじいさんは亡くなられた。健診をせっかく受けていただいても結果としては意味が無かったということが他にもあった。ただし、現時点の健診でも多くの高齢者にとって益を受ける可能性が不益を受ける可能性を十分に大きく上回っていると私は考えている。診療所に来ることができなかった一人一人の高齢者を診察してまず気づくことは、ここにも脳卒中患者がかなりいる、ということであった。発症後まもなく片側の手足を動かすことができても、リハビリをせずに寝たまましていると健側の筋力も弱り関節も拘縮してしまう廃用性症候群に陥ってしまう。カリンでも発症後、片方の手足が動かなくなり、その後、反対側の手足も使えなくなったと話す例を複数認めた。

脳卒中の危険因子としては、高血圧は最大の危険因子である。カリンでは高血圧患者の6人に1人が重症高血圧患者であった。健診で高血圧がわかることによってそれを管理し、脳卒中の発症を未然に防ぐことに繋がるのである。患者さん本人や家族、仲間、そして社会にとってもそれが一番であろう。



高齢者自身の主観的評価の中央値をマンホイットニーU検定を用いて土佐町及びカリンを比較した。  
\*は  $p < .05$ 、\*\*は  $p < .001$ 、濃い水平線は中央値、箱は四分位範囲、ひげは極値を表す。

## 6) 健康の火

カリン診療所のスタッフと共にカリンのグレード8（日本で言う中学2年生にあたるだろう）の子供達46名を相手に予防の大切さについて授業を行った。授業では高血圧、肥満、糖尿病の三つのテーマに絞ることとした。糖尿病は、カリンでも確かに存在し、より詳しく分析する必要があるものの、車道沿いに住む方、自動車の所有者、露店の店主、デスクワーカーを中心に、広がっているという印象を持った。米、トウモロコシ、ジャガイモ、焼酎という血糖負荷の大きい食事に偏る所で運動量の低下したことが大きな要因ではないかと予想され、糖尿病が今後さらに大きな問題へと発展する可能性を危惧していた。子供達はこちらが恐縮してしまうほど真剣に、生き生きとした表情で耳を傾けてくれた。そして、授業の最後に、校長先生がこう締めくくった。「今日の授業を聞いた君たちは地域の中で重要な役割を担っています。今日学んだ事をお父さん、お母さん、近所の人達に必ず伝えなさい。家に帰ったら君たちが火種となって村に健康の火を灯しなさい」。子供達の眼差しを見ていると、ここから本当に健康の火が広がっていくのではないかという熱い気持ちになった。

## 7) プロジェクトの展開

我々のプロジェクトは、2011年3月に保健省で行われた査定委員会で国民総幸福の理念と適合しているという評価を受け、同年11月に開催された全国保健会議においては、カリンで始まった高齢者計画を段階的に全土に広げる可能性を探ることが推奨され、2013年から始まった第11次の国家五カ年計画の一環として拡大を続けている。

## 8) しあわせということ

「しあわせ」というのは定義自体が定まらず、個人個人の価値観や背景に作用され、単純に比較できるものではないが、カリンでは、「しあわせを感じる時などない」と話すおじいさんもいたが、「孫が電話をくれた時」、「聖なる地を訪れた時」、「子供が自立した時」、「お祭りの時」、「お日様が照っている時」、「農作業をしている時」、「森で薪を集めている時」、「お酒を飲む時」、「トランプをしている時」、「おいしいものを食べた時」、「映画を見ている時」、「人からほめられた時」、「お小遣いをもらった時」、「家で一人鼻歌を唄っている時」など様々な答えが返ってきた。「誰にも邪魔をされたくないからワシは一人がいい」と話すおじいさんもいたが、「子供、孫、親戚や友人と一緒にいる時」と答える方がとても多かった。「病気がない時」と答える方も多かった一方で、脳卒中後の寝たきりのおじいさんが、家族に見守られマニ車を片手に「お祈りができるから私はしあわせだ」と話されていたのは印象的であった。人と人との繋がり、信念、健康、自然との触れ合い、仕事、食事、遊び、余暇……。ここでは、こういうことがしあわせの大切な要素なのだろう。そして、必ずしもそのすべてが完全に満たされている必要はないのかもしれない。それらは、ブータンにしかない特別なものではなかった。私には特別な何かを見出すことができなかつただけなのかもしれないが、私の身の回りにも十分に存在しうるものだと思った。おじいさん、おばあさんのお話を伺っていると、人のしあわせというのは案外素朴なもので、それを追求することが周りや未来の世代のしあわせにも繋がっていくのではないか、そんな風にも思えてくる。

## 9) 枕元のおじいさん

ある日、私は丘の上にある一軒のお宅を訪ねた。そこに健診に来ることができなかつたおばあさんが暮らしていたからである。声をかけて、お部屋にお邪魔すると、中は薄暗く、台所には汁が入ったままの鍋や汚れがこびり付いたコップやお椀が置かれていた。ポテトチップスなどの空き袋が散乱するベッドでおばあさんが横たわっていた。「私はもう死ぬしかない」とおばあさんは涙を流しながらそう言った。夫を亡くし、一人娘も海外に嫁ぎ、今は一人で暮らしているという。一カ月に一度ほど親戚の方が来て食べ物を置いていってくれるというが、複数の関節に痛みを抱える彼女は松葉杖を使いながら毎日這うように台所やトイレに行くのだという。「毎日ここでお祈りをするだけだ」、そう話すおばあさんの視線の先には36年前に亡くなったという夫の遺影があった。後日、親戚の方々が話し合いの場を持ち、親戚の一人がおばあさんを引き取るということになった。保健省から車椅子も届いた。移った先のお宅を訪問すると、ベッドには、おばあさんが起き上がりやすいようにと、しがみつくためのロープを上から垂らしてあった。そして、枕元にはあの遺影があった。写真の中で旦那様が微笑みを浮かべながら椅子に



堂々と座っておられたのである。親戚の方々の御尽力があり、おばあさんを取り巻く環境はだいぶ改善したように私には映った。「ああ、よかったですね」と私は言った。「ありがとう」とおばあさんは応えた。でも、まだ時折涙を流してこうおっしゃった。「夫のもとにいきたい」。日本に帰国後、シンゲさんからおばあさんが亡くなられたことを告げられた。苦しい

状況に置かれていたおばあさんを、既に亡くなっているはずのおじいさんがギリギリのところで支えてくださっていたことが今も心に残っている。

## 10) おばあさんの涙

ある山奥の丘の上に暮らすおばあさんのところに往診に行った。おばあさんの耳は遠く、腰にも時折痛みが走るとのことであった。おばあさんの体調は、前回診察時とあまり変わりがなかったが、御歳が御歳なのでいつ何かしらの急変が起こっても不思議ではない。聴診器を当てた後、おばあさんに伺った。「若者に何か言いたいことはありませんか？」すると、おばあさんは御自身の今までの人生を振り返りはじめた。一組の双子を含む3人の男の子、5人の女の子、計8人の子供を産んで、そのうちの一人の男の子は亡くなった。47年前、末の娘がお腹の中にいた時、夫が一週間頭を痛がった後に亡くなってしまったという。おばあさんは子供たち一人一人の名前を叫び、こう言った。「私の人生はみんなに囲まれて最高にしあわせだった!」、「でも、もうすぐ死ぬと思うと悲しい」。おばあさんは話しながらハラハラと涙を流した。このおばあさんの涙にあなたは何を思うだろうか? 「ナミサミカディンチェラ! (本当にありがとうございました!)」「ラッソー、ラ!(ではまた!)」我々はおばあさんに手を握っていただき、家を出て山を下った。「あなたたちも私のように長生きするのよ。私もそう祈っておくわ」おばあさんからいただいた言葉を噛みしめながら、中腹まで下った。そして、おばあさんの家の方を振り返った。すると、赤い上着を羽織ったあのおばあさんが、家の外に立っているではないか。柵に寄りかかり、左手でひさしを作りながら、我々を探している。「おーい!おーい!」私は大声で叫び、力一杯腕を振った。

以上