次の文章はわが国において「心身医学」が確立された時期に書かれた文章である。文章を読んで設問A～Fに答えなさい。

心身医学は「病は気から」というような諺を文字通りに受け取ろうとする医学でもなければ，心だけが原因で病気がおこるとする医学でもないということである。心身医学は，なんらかの体の異常や症状を訴える患者について，その原因を心身両方面から，さらには気候，風土などの条件をも考えに入れて総合的に診断する，また治療にあたっては身体的な面に重点をおくべきか，心理的な面に力を入れるべきか，あるいはその両方にたいする処置を行うべきかなどをよく判断して，それぞれの症例に応じた適切な治療を行うことを目的としている。

われわれは，現代医学が身体の面にだけ偏っていることを矯正しようとして，今度はかえって行きすぎた精神主義に陥ることのないよう，よほど慎重でなければならない。心身医学は，身体医学の今日までの輝かしい成果を否定して，精神主義を築こうというものでは決してない。それは，体だけでなく心をも含めた立場から病気を見直すことによって，身体医学の成果をいよいよ高め，さらにすすんで，今までの身体医学的な治療だけでは想像もつかなかったような新しい治療の可能性を見出してゆこうとするものである。そこで感情(心)にともなって体の症状がおこり，感情は本当に病に影響することを実験的に裏づけた証拠を紹介したいと思う。

「トムの実験」

ニューヨークのコーネル大学のウォルフらによって行われた世界的に有名な「トムの実験」である。それはトムという胃瘻(いろう)をもった被検者について，15年間にわたって行われた「感情と胃の機能」についての研究である。

トムは9歳の時に，煮えたぎった蛤(はまぐり)の鍋料理をうっかりまちがえてグッと呑みこみ，そのために食道が焼けただれてふさがってしまい，口からはものを食べられなくなった。そこでコーネル大学の外科で，腹に穴をあけ，穴の下にある胃の部分を腹の皮にぬいつけ，胃にも穴をあけ(これを胃瘻という)，その穴に管をさし込んで食物を外から直接胃に流しこめるようにする手術をうけた。

この最中にトムの容態が悪くなり，胃瘻の周囲をふさぐことができないままで手術を終えなければならなくなった。そのため，お腹に特大の穴ができることになり，胃の内側をおおう粘膜が腹壁の外にかなりせり出した状態で胃瘻がつくられてしまった。しかしこのことが，後の実験にとっては非常に好都合になったのである。

その後，トムは胃瘻をもったままで元気に成人し，彼が中年になった時，ウォルフたちの特別な実験のために，その研究室の用務員として雇われることになった。それというのも，彼の胃には大きな穴があいており，特に腹に力を入れると胃の粘膜がグッと外にせり出してきてよく見えるので，感情による胃の変化を直接眼で見ることができたからである。

ウォルフらは，実に15年の長きにわたって，日常生活の中でトムが実際に経験するさまざまな感情の状態で胃にどのような変化がおこるかを，胃の運動，胃液の分泌，胃粘膜を流れる血液の量などについてこまかに調べていった。その結果，彼がひどく腹を立てたり，興奮したり，不安で緊張したりした時には粘膜が充血し，胃の運動も胃酸の分泌も高まり，さらにそのような状態が長くつづくと粘膜にただれまでもおこすこと，これとは反対に，憂鬱だったり，失望落胆したりしているような時には胃の血流は減り，胃の運動も胃液の分泌も下がってくることなどがわかった。

たとえば彼が研究室につとめている間に，なにかの間違いでまったく予告なしに解雇されようとした事件があった。いきなり会計係がやってきて，最後のサラリーの小切手を渡して「お前はもうクビだ」と言いわたしたのである。実験者がトムにこの事件について話しかけると，彼は当時のことを想い出してかんかんに腹を立てて怒りをぶちまける。この時，胃の粘膜は真赤にはれ上り，すごく活発に動きはじめ，胃液の量もグッとふえてくる。これはストレス面接とよばれる方法で，われわれも「心と病」の実験によく応用する。

また，トム夫婦と同居していた孫たちが大きくなるにつれて，その素行上のことでいろいろと困った問題がおこっていたが，そのことでは妻とも意見がまるで食いちがっていたため，トムは長いこと不安でいらいらしていた。そうした状態にあった時，胃の粘膜も赤く興奮した状態がつづき，ついにはただれや出血さえ

生じてきた。そして注目すべきことは，このように赤く腫れ上がった胃の粘膜は，外からのちょっとした刺激でも，すぐ出血したり，糜爛(びらん)を生じたりしやすいということである。これらの事実は，感情が胃潰瘍(いかいよう)などの発生にもつよく関係しうることの一つの裏づけとされている。

そのほか，この実験には次のような面白いことがあった。トムはかねて食物を一度口に入れてよくかみ，味わってから胃に通ずる管の先につけた漏斗(ろうと)に吐き出して食事をしていた。ところが，食物を彼の口に入れて味わわせることなく，いきなり管の中に流しこむようにしたところ，体重が次第に減ってきたというのである。このことは，物を食べるということは機関車の釜に石炭をつめ込むのとはちがって，「　I　」を物語るもののようである。

ヨガの有名なことばに次のようなものがある。

「　II　」	（私は想像する）
I think it.	（そう思う）
I believe it.	（そう信ずる）
I live it.	「　III　」

これは，ある状態をたえず心に想像していると，次第にそう思いこむようになり，やがては信ずるようになり，つよく信じていると，いつのまにか本当にその通りになってしまうというほどの意味で，「鰯(いわし)の頭も信心から」というわけである。

このような一見単純かつ低級に見える心のからくりが，大きくわれわれの運命を左右するばかりでなく，体にもいかに重大な作用を及ぼすかについては，われわれの目を見はらせるような事実が少なくない。次に私どもが最近行った2，3の実験を紹介しよう。

むかしから，特定の食べ物(たとえば，ピーマン，エビ，カニ，牛乳，豚肉，卵，青魚，ソバ，ナスなど)をとると，吐いたり下痢したり，腹痛をおこしたり，体に吹き出物が出たりする人が少なくない。本人は，それらの食品は「自分の体に合わない」と考え，医学上では食品アレルギーとよばれている。

ところが，これらの食品が本当に体に合わないために症状が出るものならば，生まれた時からそうでなければならないはずなのに，よく観察すると，たいてい

はある時期から症状が始まっている。また医学でいうアレルギー疾患であれば，普通は問題の食品からつくったアレルゲンによる皮内反応その他のアレルギーテストが陽性に出なければならないはずである。

「食品アレルギー」

食品アレルギーのそれは，ほかのアレルギーとちがって，皮内反応があまり当てにならないことが以前からわかっている。

このような事実から，「いわゆる食品アレルギーは本当に病気だろうか」という疑問を，私どもは長いあいだ抱きつづけていた。この点をはっきりさせるために，最近ある高校の女子生徒283名の中から，なにか特別な物を食べるといろいろな胃腸症状を出すという81名を選び出して，徹底的に調べてみた。

まず，被検者全員に，それぞれの食品のアレルゲンをもちいての皮内反応テストを施し，同時に本人がそれと気づかないようにうまく加工して，問題の食品を他の食物と一緒に食べさせてみた。その結果，皮内反応がはっきり陽性に出た人(アレルゲン陽性)はわずかに2名，またこれらの加工食をとって症状を出した人は17名にすぎなかった。

これだけでも，このような食品による反応の多くには，「これを食べるとまた症状が出るにちがいない」という本人の自己暗示が関係することがだいたいわかるが，さらにこれをたしかめてみた。

皮内反応ははっきり陽性に出ないのに，加工食品で症状が現れた15人——この人たちは加工食品をとっているうちに，味などで，どうもそれと感づいたふしがあった——の中から任意に5人を選び出して，大量のバリウム(胃腸のレントゲン検査に用いられる白い硫酸バリウムの液)の中に，本人にはまったくわからないように，よく注意して問題の食品を入れて飲ませると，その中の4人ではまったく無症状で，1人だけが吐き気をおこした。

今度は，加工した食品を与えたときにはなんともない40人の中から，任意に9人を選び出して，ごく普通のバリウムを飲ませた上で，「その中には問題の食品がはいっていた」とつよく暗示すると，9人が9人とも，吐く，腹が痛む，下痢するなどの症状をしめした。

以上のようなくわしい実験を行うことによって，これら被検者81人中，本当に食品アレルギーによって胃腸の症状を現わしていたのは，皮内反応がはっきり陽性の2人をふくめて，わずかに数人にすぎないことがわかった。

つまり大多数の人では，特殊な食品についての自己暗示的な恐怖心が，症状の大きな原因となっていることが確かめられたわけである。

「食べ合せ」

食品アレルギーにむかしから多くの人に信じられているものに，「食べ合せ」がある。

俗にいう食べ合せ，たとえば，鰻(うなぎ)と梅干，西瓜(すいか)と天ぷら，タコと柿などを一緒に食べると胃腸の症状がでるという話も，医学的には根拠のないものが多く，これもおそらく暗示によるものと考えられる。

以前はタコと柿を一緒に食べても平気でいたある少年の場合，親たちから「それは食べ合せで大変なことになる」とおどかされたら，急にこわくなって腹が痛くなり，下痢したという。この少年に，まず柿を食べさせておいて，本人に気づかれないように加工してタコを与えたところ，ケロリとしている。ところが柿を食べさせておいて，なんでもない食物を与え，「今の料理にはタコがはいっていた」とつよく暗示すると，間もなく腹痛を訴えて下痢をおこした。

この例でもわかるように，古くからの言いならわしの中にふくまれている暗示におどかされたり，たまたま心身の調子が乱れている時に，胃腸を刺激しやすい食品をとって吐いたり下したりすると，その食品と症状とを単純に結びつけてしまって(自己暗示)，人並みの物が食べられないという不自由な状態を，みずから作っている人が少なくない。

食品によって発生する皮膚症状の場合にも，しばしばこれと同様の現象が見られる。

21歳になるある娘さんは，2ヶ月前からタコやイカを食べると顔(特に瞼(まぶた))，肩，背中，手足などに赤色のむくみがあらわれるようになった。前と同様の考えのもとに，彼女にバリウムだけを飲ませて，「その中にはすりつぶしたタコがはいっていた」とつよく暗示すると，いつもタコを食べておこしていたのと同じ症状が現れてきた。

そこで，最初に症状が出たときの様子をきいてみたところ，次の通りであった。彼女は父と継母との3人ぐらしであったが，かねてヒステリックで我のつよい継母との折合いがわるく，心の底ではひどく反撥を感じていたが，表面には出せなかった。たまたまある日の夕食時，父は母の前に並んでいるタコの煮つけを彼女にやるようにすすめた。ところが母がこれをこばんだので，食事中に父母の口論が始まり，結局，父から，母のタコをむりやり食べさせられる羽目になった。その後で友人の家に出かけた彼女は，「これが実の母だったら」と，くやしさのあまり泣けて泣けて仕方がなかった。するとその時ぱあーっと顔が一面にはれ，それ以来タコが恐しくなって，これを食べるとむくみが現われるようになった。

また29歳のある男性は，受診の5日前にサンマをたべて初めてジンマシンが出たという。彼にバリウムを与えてサンマの暗示をすると，やはりジンマシンが現われてきた。

彼の場合は，ジンマシンの出る2，3日前，台風のために家財道具一切がビショぬれになり，心身ともに調子がすぐれなかったが，その時たまたま昼食にサンマを食べて発疹が現われ，それから2，3回ジンマシンに悩まされたという。そこで私どもの実験のトリックの内容をよく説明し，症状がどうして現われたかを納得させたところ，それ以来サンマにあたらなくなった。

これら2例にみられるように，発病当時の心身両面での特殊な状況という点によく留意していないと，つい，特定の食品と症状とを結びつける心の「条件づけ」がつくられてしまう可能性がある。そして後の例におけるように「条件づけ」は意外にすぐつくられてしまうが，「条件づけ」が固定しない早期にこれをほぐしてやると，すみやかに症状を消すことができる場合の多いことがわかる。

「ハゼ，ウルシかぶれの正体」

いわゆる食品アレルギーの実験で暗示の力の大きさを見直した私どもは，さらにこの点を徹底的に追及するために，次はハゼやウルシなどの木にふれるとかぶれ(皮膚炎)をおこすという人たちについての実験に移っていった。この実験を行うことにしたのには二つの理由がある。むかしから知られている「ハゼの木の下

を通っただけでもかぶれる」とか，「ウルシを使う漆器工場の前を通っただけでもかぶれる」とかいう不可思議な現象に興味をおぼえたことがまず第一，さらにまた，皮膚炎の場合は暗示などによって現われる変化を外から肉眼によって確かめ，動かない証拠をつかむことができるからである。

私どもは，大阪のあるゴルフ場で働いているアルバイトの男子高校生のキャディ，51 人について調べた。その中の多数がハゼやウルシにかぶれた経験をもっていた。

そこでまず，特にひどくかぶれるという 13 名の高校生に目かくしをして，右(または左)手には，かねて恐れているハゼ(またはウルシ)の葉を「これは栗の葉だ」と暗示してすりつけてやり，左(または右)手には無害な栗の葉を「これはハゼ(またはウルシ)だ」といってすりつけてやった。

その結果，驚いたことには，その中の 9 人までは，栗をハゼ(またはウルシ)だといってつけた方にだけ皮膚炎が現われ，ハゼ(またはウルシ)を栗だといつわってつけた方にはなんの変化も見られなかったのである。そればかりではなく，残りの 4 人の中の 2 人では両腕に(栗をハゼやウルシといってすりつけた方にも)皮膚炎が現われた。

結局，ひどくハゼやウルシにかぶれたことのある 13 人のうちの 11 人までが，見事に暗示に反応して，実際には有毒なハゼやウルシの葉にふれていないのに皮膚の病変をおこしたわけである。

ハゼやウルシによる皮膚炎も，一種のアレルギー反応と考えられている。そして，いわゆるアレルギー疾患の中には，特定の抗原(アレルゲン)に反応しておこるアレルギー反応が主役を演ずるものももちろん少なくない。しかしそれ以外に，ほとんど純粋に心理的な反応としておこるもの，あるいはアレルギー性の反応だけでは本当に症状が出るにはいたらず，これに精神的な恐怖心や自己暗示が加わってはじめて発病するものなどがある。しかもその方が純粋のアレルギー反応よりもむしろ多いのではないか，という重大な事実が，この実験や先の「食品アレルギー」の実験から知られるのである。

したがってかぶれる人のうち，およそ六割までの人は，本人の恐怖心を除いてやればかぶれなくなる可能性をもっているようである。また事実，私どもは，先

の「食品アレルギー」のときと同様の自己暗示療法によって，彼らの多くを，本人がそれと知りつつ問題の木にふれてもかぶれないところまで訓練することができたのである。

織田信長の軍勢に焼き討ちにされた甲斐の慧林寺（えりんじ）の禅僧快川（かいせん）は「心頭を滅却すれば火もまた涼し」と唱えながら火刑に処せられたという有名な話があるが，ハゼやウルシにかぶれる人の約六割ないしそれ以上の人は，心頭を滅却すれば，ハゼやウルシにかぶれなくなることも可能なわけである。

また，むかしから漠然と「精神力」などといわれているものも，こういった形で，近い将来に具体的に明らかにされる可能性があるものと考え，私どもはひたすらその方向に研究を進めている。

（出典　池見酉次郎著「心療内科」より，一部改変）

設　問

A.「心身医学」に対比される概念について述べ，それらの関連性について答案用紙 1－1 のA欄に120字以内でまとめなさい。

B. 本文「　Ⅰ　」の中に適切と考えられる文章を答案用紙 1－1 のB欄に70字以内で述べなさい。

C.「トムの実験」におけるウォルフらの科学者として卓越した点を答案用紙 1－1 のC欄に150字以内で述べなさい。

D. 文中「　Ⅱ　」に英文で，「　Ⅲ　」に和文で適切な文章を答案用紙 1－2 のD欄に入れなさい。

E.「食品アレルギー」，「食べ合せ」，「ハゼ，ウルシかぶれ」に共通する発病の要因について答案用紙 1－2 のE欄に70字以内でまとめなさい。

F.「こころ」と「身体」との関連についてあなたの思うところを答案用紙 1－2 のF欄に200字以内で述べなさい。