

# 序文

---

医学は権威的な存在であってははいけません。どのような判断に対しても、「なぜ、そう言えるのですか」という問いかけこそ、誰もができる最も重要な質問です。この本は、その問いかけに答えるためにあります。

医療現場で働く人々の患者に対する姿勢は、大きく変わって来ました。ずいぶん前には「コミュニケーションスキルのトレーニング」は、お粗末ながら、がんで死にゆく患者に、どうやってそのことを伝えないか、くらいのものでした。今日では、学生に（これは授業で使われている資料からの引用ですが）いかに「患者と協力して、最適な健康状態に向けた成果を出すか」を教えています。今日では、もし患者が望むのであれば、医療はできる限りそれに応えて、患者が自身の治療の選択に関わることになるのです。

そのためにはすべての人が、どのようにして、治療が効くかどうかを知るか、治療による有害性があるかどうかを知るか、そしてどのように有益性と有害性を天秤にかけてリスクを判定するか、を理解することが必須です。しかし、残念なことに、医師たちも他の多くの人と同じように、この知識が不十分です。さらに悲しいことに、私たちが惑わそうとする要因があちらこちらで待ち構えているのです。

こうした状況では、何よりも私たち自身が自らを欺いてしまうことがあります。ほとんどの病気は周期的にまたは偶然の作用で、良くなったり悪くなったりという自然の経過があります。症状が一番悪いときに行動を起こした場合、何をしたにしろ自然に経過が良くなってきただけにも関わらず、治療が効果的であったように見えてしまうということがあります。

同様に、プラセボ効果も私たちを惑わすものの1つです。なんの有効成分も含まれていない偽薬を服用しているのに、その治療効果を信じることで、本当に症状が良くなる場合があります。Robert M Pirsig氏が「Zen and the Art of Motorcycle Maintenance（禅とオートバイ修理技術）」の中で、次のように述べています。「科学的手法の真の目的は、自然の力に騙されて、実際には自分が理解していないことを理解しているかのよう誤解するのを防ぐことである」。

しかしその一方で、科学的研究を振りかざす人々も存在します。もし、この本から1つの重要なメッセージをあげるとすれば、借りてきたフレーズで自分に何度も言い聞かせている言葉ですが、「公正な検証」という概念です。すべての臨床研究が同じではありません。科学的な研究の一部にバイアス（偏り）が生じる可能性は数多く、誤ってどこかで誰かが考えたことが、「正解」とされてしまうことがあります。

またしばしばエビデンス（判断のもととなる根拠）は、意図せずに、または純粋な動機（すべての動機が問題となる可能性がある）をもって歪められることがあります。医師、

患者、教授、看護師、作業療法士、そして管理者らは全員、自分の情熱を注いで見つけ出した1つの治療法が一番素晴らしいという考えに固執してしまう可能性があります。

またエビデンスは他の原因でも歪められることがあります。製薬企業に関して底の浅い陰謀論に陥ってしまうことは間違いでしょう。製薬会社は命を救う大きな進歩をもたらしてきました。しかし、研究の中には巨額の資金が使われているものもあり、この本の中にみられるように、90%の臨床研究は企業により実施されているのです。このことが問題になる場合があります。研究が企業によって行われる場合、独立して行われる試験と比べて、スポンサーの薬に都合の良い結果が4倍以上出やすい傾向があります。確かに、新薬が市場に出るまでに8億ドルもの費用がかかり、そのほとんどは薬が市場に出回る前に費やされます。もしも、薬に効果がないことが判明しても、その資金はすでに使われてしまっているのです。投資した金額が大きければ、公正な検証といった理想が無視される可能性もあります<sup>1</sup>。

同様にエビデンスは、伝えられる方法によっても歪められ、誤解を生むことがあります。事実や数字を述べる時、全体ではなく一部しか述べない、欠陥をごまかす、1つの治療法を特別扱いして、科学的エビデンスの「良い結果だけを取り上げる」ことがあります。

しかし、一般社会の中では、さらに興味深い現象が起きます。研究とは通常1つ1つはそれほど大きくない科学の進歩であり、リスクを少しずつ軽減させ、また主観的な判断を終わらせようとするものです。しかし、私たちはどうしても、奇跡的な治療法を望んでしまいます。メディアは、「治癒」、「奇跡」、「希望」、「新発見」や「犠牲者」などという言葉で乱発して、そういった研究の本質を放棄してしまうことがあまりに多いのです<sup>2</sup>。

多くの方が自身の生き方を自分でコントロールし、医療でも自分で意思決定に関わりたいという時代に、そのような歪められた多量の情報ばかりをみるのは悲しいことですし、力を失うことにしかありません。しばしばこういった歪められた報告はある特定の薬にみられることがあります。英国のメディアがハーセプチンを乳がんの特効薬とした報道が、最近一番よく引用される例です<sup>3</sup>。

しかし、自分たちの推し進める治療に対し、相反するエビデンスがあり排除しようとするとき、自分の治療を信じて疑わない人は知り合いのメディア関係者に働きかけて、何が良くて、何が悪いかという一般の人々の理解を実際に損なわせることで、被害をさらに大きくすることがしばしばあります。

最も公正に行われた臨床試験によると、ホメオパシーで使われる砂糖でできた薬は、普通の砂糖の偽薬と比べて何の優位性も認められません。しかし、このエビデンスをみたとき、ホメオパシーの施術者は、臨床試験の概念そのものに問題があり、ホメオパシーでは独特な方法で薬を使用するため、臨床試験が適用できない複雑な理由があるのだと主張します。また、政治家は自分が素晴らしいと思っている、10代の妊娠を予防する教育プログラムが上手くいかなかったときに、同じような弁解をするでしょう。効果を主張する介入は、実際にはこの本が示すように、すべて透明性のある公正な試験の対象となります<sup>4</sup>。

しばしばこういった曲説は、一般社会の理解をより深く損なう可能性があります。最も公正で偏りがないとされる最近の「系統的（系統的）レビュー」では、抗酸化ビタミン剤を服用することで寿命を延ばすエビデンスはないことを示しています（実際には寿命を短くすることさえあります）。この本の中で素晴らしく説明されているように、この種のレビューでは、どこにエビデンスを求めたか、どのようなエビデンスを含めたか、エビデンスの質をどのように評価すべきかを記述した明確なルールが守られています。しかし、系統的レビューが抗酸化サプリメントの製薬会社の主張に反する結果を生むと、政治的判断や利益のために、系統的レビューの個々の研究が選択的に「都合の良い結果だけを取り上げているとか、肯定的なエビデンスが意図的に無視されているなどの主張がなされ、新聞や雑誌は虚偽の批判で埋め尽くされます<sup>3</sup>。

これは残念なことです。「エビデンスを総合的に検討する」系統的レビューという概念は、過去 30 年間、医療における最も重要なイノベーションの 1 つです。一握りのビジネスを守るために、こういった概念に一般の人をアクセスさせないことで、ジャーナリストと製薬会社は私たちを総合的な検討から大きく距離をとらせるのです。

そしてそれは大問題なのです。本書を読むべき理由はたくさんあります。最も明快な理由は、自分の健康について、より多くの情報に基づいて自分で決定するのに役立つことです。あなたが医療従事者であるならば、このあとの章はおそらくエビデンスに基づく医療として学んだことより、はるかに優れた内容でしょう。社会的には、より多くの人々が治療を公正に比較することを理解し、どちらの治療が良いか調べるようになれば、著者が述べているように、一般の人々も研究を恐れるのではなく、治療法の不確実性を減らすという自分たちにとって重要な目標に向かって積極的に取り組めるようになるでしょう。

最後にもう 1 つ理由があります。この本を読むことで、実用性とは関係ありませんが、よく書かれた本がどういうものかを知ることができます。端的に言って、面白い内容で、申し分のない、素晴らしい本なのです。この本には、著者らの経験、知識、共感があふれており、私がこれまでに読んだどの本よりも上手く書かれています。

本書「治療を検査する」は、実生活で人々が持つ疑問に焦点をあてます。医学とは、人間の苦しみと死だけでなく、意思決定者や研究者の人間の弱さにも関するものであり、研究者の個人的な経験や疑念、その動機、懸念、意見の変化などもここに含まれています。科学のこういった側面を一般の人が垣間見ることはまれです。しかし著者は、真面目な学術論文から医学関連のちょっとした文章、学術論文の行間からうかがえる議論、評論、自伝や余談などを自由に見つけ出しています。

この本は、すべての学校や病院の待合室に置いておくべきです。それまでは、あなたのものです。さあ読み進めてください。

Ben Goldacre

2011 年 8 月