序文（第一版）

これは私たちの健康にとって有益な本です。謎に満ちた、生と死を分ける決定の過程に光をあてるものです。時にその決定には大きな欠陥があることを示し、世界中の医師に自らの方法を改めるよう促すでしょう。

本書は、不必要に恐れることなく、こうした課題を率直に提示しながら、現代医学が達成した多くの進歩に賞賛を送っています。意図するところは、常に臨床医学を向上させることであり、それを否定するものではありません。

私自身が医学が保守的でずさんであることを初めて理解したのは、1980 年代に乳がんの治療における最善の治療を判定するために設立された委員会に非専門家メンバーとして加わったときでした。私はショックを受けました（この問題の詳細は第 2 章［新版では第 3 章を参照］）。研究や臨床家の第一人者からのエビデンスをみましたが、最も著名な専門家であっても、直感や全くの先入観で治療を行っており、乳がん患者の生存率や、外観を大きく損ねる外科的手術を行うかは、担当医師と、その医師の先入観次第だと知ったのです。1 人の外科医は大胆な切除を、別の医師は単純に腫瘍の除去のみを、さらに別の医師は積極的な放射線療法を好んで選択するという具合でした。まるで科学的な評価などスルーされているようでした。

実際に、以前もそうでしたが、今でも多くの医師がそうしています。状況は改善されてきましたが、驚くべきことに、才能のある多くの誠実で熟練した医療従事者でも、良質な科学的エビデンスがどうやって成り立っているのか、ほとんど知識がありません。彼らは、医学部で教えられたから、他の医師がやっているから、あるいは自分の経験でそれが効果があったからという理由で治療を行っています。しかし、個人的な経験はそれらしく見えても、この本が残酷なほど明確に示すように、しばしば著しく間違った方向に導いてしまうことがあります。

一部の医師は、個々の患者の治療に科学を厳密に適用するのは難しいと言います。医学は科学であり技術でもあると彼らは主張します。しかし、それは言葉の矛盾です。確かに医学知識は有限であり、個人が持つ複雑性は無限なため、常に不確実な要素があります。実際、良い医療には日常的に勘に頼ることが求められますが、今まであまりにも多くの場面において、多くの医療専門家が勘に頼ることと良いエビデンスとの区別を曖昧にしてきました。実際にはかなりの疑いが残るときでも、確実であると断定することさえしばしばありました。確実にデータを評価する方法を知らないために、信頼できるデータを意図的に避けるのです。

この本は、個人的な経験と、より複雑ながらも、何が有効で何が無効であるのか、また何が安全で何が安全でないのかの違いを見極めるためのより良い方法の違いについて説明しています。できる限り専門用語を避け、「公正な検証」のような平易な表現を使ってい

ます。科学が、人に関するすべての事と同様に、過ちや偏見（間違いや虚栄心、また特に医学では悪質とされているスポンサーの要求）を起こしがちな点について、本書は注意を喚起しています。しかしながら、人間の知識の中で最も顕著な進歩のほとんどを作り出したのは、科学の綿密なアプローチであることにも気づかされます。医師（そして私のようなメディアの人間）は、臨床研究を「人間をモルモットとして扱う試験」と中傷するのをやめるべきです。むしろ、すべての医療従事者は患者に対して公正な試験を促し、参加を求めていく道義的な責任があります。

これは、自分や家族の健康に不安を抱えている人、または医療政策に関わる人にとって重要な本です。患者はしばしば参加者ではなく、医療を受ける人とみなされます。今後の取り組みは、医師や医療研究者だけでなく、私たち一般市民の肩にもかかっています。医療は一般市民のためにあり、医療従事者に料金を支払っているのも私たち市民です。私たちが医療を受け身で利用する限り、決して標準的となる治療は進歩しません。私たちが単純な答えを望むならば、偽りの科学が生じることになるでしょう。私たちが厳密に治療を検証していかなければ、実際に効果のある治療とともに、的外れで、時に危険な治療も受け入れてしまう可能性があります。

この本には、患者を中心にさまざまな状況を改善するためのマニフェスト（宣言）が含まれています。しかし医者、医学生、研究者にとっても重要な本であり、ここに書かれた教訓から学ぶことがあるでしょう。理想的には、すべてのジャーナリストの必読書とし、またすべての患者が利用できるようにすべきでしょう。なぜならば、医者が科学的なエビデンスを不適切に評価した場合、概して私たちの病状は悪化し、死亡率を左右する事態が生じるからです。

私は 1 つ約束します。本書「治療を検査する」を初めて読んだ人は、今後の医師のアドバイスが、全く違ったもののように感じることでしょう。

Nick Ross

TV and radio presenter and journalist

2005 年 11 月 16 日