

痛みとことば

◆ 心身健康研究教育センター 所長 廣瀬政雄



修行により、あるレベルの悟りに到達すると「心頭滅却すれば火もまた涼し」と感じることができるといわれます。また、転んだ子どもが「痛い痛い飛んでゆけ」などのことばで泣き止むことがあります。医学の臨床においても、疼痛のコントロールは重要な領域となっています。

痛みの種類には体性疼痛、内臓痛、神経性疼痛、心因性疼痛があります。体性疼痛は皮膚、運動器、結合組織に起因するもので、皮膚に局限する表面痛と筋肉、骨、関節などに由来する深部痛があります。内臓痛は内臓の炎症や伸展によって起きるものです。神経性疼痛は神経が損傷されて起きるもので、手足切断後の幻肢痛が良く知られています。心因性疼痛は精神的葛藤を解消できないときに発生します。

痛みが発生する仕組みは、炎症や障害が発生したときに組織で遊離される化学物質が痛覚受容器を刺激することに始まります。その後、疼痛は脊髄、視床、大脳皮質へと伝達されて、痛みとして知覚されます。この伝達経路は脳から分泌される物質によって阻止あるいは抑制されるといわれています。疼痛の伝達と抑制に関係する物質の内、サブスタンスPやグルタミンは疼痛刺激を上行性に伝達し、セロトニンやエンドルフィンが疼痛伝達を抑制することが知られています。

これら以外にも疼痛刺激を起こす物質は数多く知られていて、コレシストキニン（CCK）もそのひとつといわれています。生理学者の高田明和さんがNHKラジオの健康番組で話されていたこ

との受け売りですが、CCKが受容体に結合するのを阻止する薬を開発して、疼痛の発生がなくなるとかを検討した研究があるそうです。結果は、有効な群と無効な群に分かれたそうで、「これは効きますよ」と言って投与した人々には有効であったのに、黙って投与した方では効果がみられなかったそうです。ことばの前処置により、CCKが関与する脳の疼痛受容体に何らかの変化が起きたのだらうと推測されています。

薬の効果において、効能に関する事前の情報が心理的影響を介して結果に影響を与える現象があり、プラセボ効果と呼ばれています。「効くよ」と言われると、効くはずがないのに効果が認められることがあるというものです。ことばや心理的影響によるバイアスを避けるために、薬の効果を調べる臨床試験においては2重盲検試験が行われます。

近年の医学領域の研究の進展には驚くべきものがありますが、中でも脳の機能の解明と脳機能の再生に関する治療法の開発は21世紀の主要な研究テーマのひとつといわれています。子どもを育てるとき、多くの国では「ほめて育てる」ことが良いといわれます。また、アメリカ先住民の社会では「いじめられた子はいじける」ということわざがあるそうです。人を育てる態度・言葉とそうでないものがあることを言っているのだと思いますが、ことばにはまだまだ解明されていない働きがあるようです。