第14回　役員訪問　聞かせてください

・生年月日　昭和22年4月5日
・出生地　稚内市
・出身大学　北海道大学医学部
　昭和48年卒　精神医学
・好きな言葉　不易流行

聞き手／常任理事　藤井美穂

●治療環境の整備と質の向上が課題

藤井：先生が精神医学を志されたきっかけをお話しいただけますか。

小山：決定的だったのは恩師・諏訪望先生(北大精神医学教室4代目教授)、山下格先生(同5代目教授)との出会いでした。

しかし「絶対、精神科じゃなければ」というこだわりはなかったので、考えても良く分からないというのが本音です。

私たちの学生時代は紛争の真っ只中でした。同世代の方は私と同様に、経験はないが想いだけは非常に強いというアンバランスな状態の中で、自分の生涯をかけられるものを模索していたのではないでしょうか。

藤井：学生たちからはよく、「一度は精神科をやってみたい」という話を聞きますが、精神医学の実際は？

小山：本当に複雑です。分からないこともありますが、分からないなりにその人たちを理解するよう努めています。専門医としての自負はありますが、光の当て方によって見え方が変わりますので、心のメカニズムを追求しながら、生物学的なアプローチをバランス良く行うことが大切といえます。そのへんが、魅力的なのでしょうか。

藤井：近年、うつ病をはじめ精神疾患に悩む患者さんが増えていますが、精神医学の今後の課題はどのようなものとお考えですか？

小山：健康と疾病の中間に属するような方を中心に、患者さんは確実に増えています。他科から紹介される患者さんも多く、総合医療の中の精神科という色合いが強くなってきているように感じます。

他科との連携はもちろん、患者さんのニーズに応えられるよう治療環境を整備し、質を向上させることが重要なテーマです。

併せて、統合失調症やうつ病の病態には、脳内物質が関係することも分かってきましたので、脳科学を深めることも必要です。

●新たな進展は、積み上げた伝統の上に成り立つ

藤井：座右の銘「不易流行」とはどのような意味ですか？

小山：簡単に言えば「伝統を大切にしつつ、新しい物事を取り入れる」ということです。

環境がめまぐるしく変わる今の時代にこそ重要なことではないでしょうか。この考えは教室の責任者として心に留めてあります。

藤井：今、地域医療が抱える問題も、この言葉をお手本にしていれば、状況が違ったかもしれませんね。

小山：変化を求めて新しい制度を作ることは大切ですが、「その変化がどのような問題意識から発生したのか」「誰がその方向性を作り出したのか」という側面を正当に評価することが大切です。堅苦しい言葉なので、本当はあまり使いたくなかったのですが(笑)。平成5年の教授就任時の挨拶以来です。

●小旅行で気分転換

藤井：北海道医師会の常任理事、北大精神医学教室の教授を務められる先生。余暇もままならないほどお忙しいと思いますが、ご趣味の時間はありますか？

小山：時間があればやりたいことはたくさんあるのですが・・・。趣味を強いてあげれば、旅行と音楽鑑賞、おもにジャズを聴くことですね。

旅行といっても、出張の日程を調整して興味のあるところに足を伸ばしてみるといった程度ですけど(笑)。時間に余裕がないので小旅行なのですが、不思議な効果があります。日常生活から離れた環境は、新たな発見があったり、我に返ることができますから。

藤井：私も最近、散歩で気分転換しています。

小山：ラットを回し車など刺激の豊かな

北海道医師会　常任理事　小山（こやま）　司（つかさ）

環境に置くことで、海馬の一部で細胞新生が促進されることが確認されています。これは人間も同様で、歩くことと脳機能のつながりが密接であることが分かります。

藤井：現代は交通網の発達などで生活が便利になった一方、身体機能を発揮する機会が減りました。患者さんに歩くことを勧めるのは良いことなのですね。

小山：私たち医師は病理に注目しがちですが、散歩など軽い運動の重要性を伝えることも大切です。精神機能に良い影響があるだけでなく、生活習慣病の予防にもつながりますから。

●留学でふれた本場のジャズ

藤井：ジャズに興味を持たれた契機は？

小山：学生時代、出身地の稚内市に米軍キャンプがあり、ジャズが身近な環境にあったからでしょう。当時は街中に西洋料理の香りが漂い、米兵向けのレコード店がたくさんありました。1950～60年代のレコードは結構聴きましたね。

藤井：先生はシカゴ大学に留学されていますが、シカゴといえばジャズの本場ですね。

小山：治安も悪く「危険だから」という同僚の制止を振り切っていろいろな店に行きました（笑）。生演奏を聴いた時の感動は今でも忘れません。

　ただ現地の人に話しかけられた時、なまりが強く聞き取れなかったのはショックでした。教室では相手が自分の英語に合わせてくれているからコミュニケーションが成立していたことに気づかされた出来事でした。

インタビューを終えて

常任理事　藤井美穂

ユーモアのある精神科教授

　精神医学領域は、私の興味ある分野でもありましたので、まだまだお聞きしたいことはありましたが、大変勉強になりました。

　「プライベートなことを話すのが苦手なので、うまくお話しできたかどうか･･･。これは精神医学的に言うと『防衛』が強いことの表れかもしれませんね」と笑顔で話された先生。ユーモラスな一面も垣間見ることができました。