
特集 徳島県民が知っておくべき予防医学～病気にならないための秘訣～

【巻頭言】

有 澤 孝 吉 (徳島大学大学院医歯薬学研究部予防医学分野)

西 良 浩 一 (徳島大学大学院医歯薬学研究部運動機能外科学分野)

中国古代に有名な医師三兄弟が居ました。最も有名なのは、一番下の弟でした。名前は扁鵲(へんじゃく)と言います。扁鵲は、難しい病気を治していたからです。ある日、王様が、扁鵲を褒めたらしいです。すると、私の二番目の兄は、私より優れています。なぜなら病気を早期に発見して、難しくなる前に治療するから、簡単な病気ばかり治しているように見えますが、早期発見できるのです。一番すごいのは一番上の兄です。病気にならないように予防法を知っているのです。住民が病気にならないようにしているのです。本当にすごい兄です。すなわち、医学において、一番すごいことは予防なのです。次が早期発見・早期治療です。予防に勝る治療無し。

この度、予防医学教室と運動機能外科学教室で、徳島県民が陥っているメタボリックシンドロームとロコモティブシンドロームに焦点を当てました。両者の原因の共通点は、「歩かないこと」のようです。さらに、肥満はメタボとロコモの元。適度な運動と適切な食事で、肥満予防が重要となります。今回の特集では、5名のスペシャリストから、メタボとロコモに陥らないための秘訣を解説していただきます。これを読んでいる医療関係者の皆様、徳島県民に正しいアドバイスができますように是非とも熟読していただければと思います。