＜論文タイトル＞
上海中医薬大学附属日本校中医学科における学習効果について

＜著者＞
淀川キリスト教病院　腫瘍内科/呼吸器内科　吉田　也恵

＜概要＞
　上海中医薬大学附属日本校中医学科の大学専科コース（前期課程）では、1 年次に中国医学史・中医基礎理論・中医診断学・中薬学、2 年次に中薬学・方剤学・中医内科学・中医小児科学・中医婦人科学を学ぶカリキュラムとなっている。いずれも、毎月送付される印刷テキストや DVD 教材を用いた自宅での通信学習が主体となり、報告課題に基づいて答案を作成して提出する流れとなっている。この度筆者は内科医として中医学科を修了したが、各科目毎に、学んだ中医学の知識をどのような場面で活かしているかを自分のための記録も兼ねて論述し、受講前と受講後の変化について考察する。

＜本文＞
　筆者は日本の医科大学を卒業して 2008 年から医療機関で医師の職務に従事しており、西洋医学の内科系各専門医資格を取得後、2017 年から漢方専門医を目指して中医学専門の診療所で臨床研修を開始した。大学生時代に筆者自身のアトピー性皮膚炎治療のため中医学と出逢い、自分のために毎日薬を煎じていた時期があった。幸いにも中医学によってアトピー性皮膚炎を克服することができたことから、中医学に対する自身の目が開かれた。大学生時代・初期研修医時代に大学病院の和漢診療科で数ヶ月ずつ勉強する機会はあったものの、本格的に中医学の勉強をし始めたのは 2017 年頃で、定期的に中医学の勉強会や研究会へ参加しつつ参考書で自主的に勉強してきたが、自分の中での知識が断片的でうまくつながらないと感じることが多くあった。それらの知識を総動員して漢方専門医研修を続け、自分なりに臨床現場で活かして経験を積み、2022 年 4 月に日本東洋医学会の漢方専門医資格を取得した。漢方専門医として歩み出すことは自分の一つの目標でありスタート地点であったが、スタート地点に立った時に改めて、自分の中で中医学の知識を整理し、系統立てて基礎から中医学を学び直したい、中医学の理解をよりいっそう深めたいと考えた。そのため、2022 年 4 月に上海中医薬大学附属日本校へ入学し、中医学科で勉強を開始することとした。内科医として忙しく勤務する中で、日常診療と両立するためには、通信学習でマイペースに繰り返し学ぶことができる点が魅力的でもあり、迷いなく本大学へ入学を決めた。奇しくも、2022 年は日中国交正常化 50 年の記念すべき年でもあり、中医学の本場、中国の先生方から中医学を学べる時代に生きていることに心からの感謝を覚えつつ、学習を開始した。
　中医学科の大学専科コース（前期課程）では、1 年次に中国医学史・中医基礎理論・中医診断学・中薬学、2 年次に中薬学・方剤学・中医内科学・中医小児科学・中医婦人科学・西

洋医学基礎（医師など医療系有資格者は免除）を学ぶカリキュラムとなっている。定期的に送付されるテキストと上海中医薬大学の教授陣による講義を収めた DVD 教材による自宅での通信学習が主体となり、月 1 回の報告課題提出期限までに、答案を作成して簡易書留で郵送する流れとなっている。中薬学には、170 種類もの生薬の標本がファイルされた中薬便覧も教材として送られてくることになっており、これが実は最も楽しみにしているものでもあった。中医小児科学・中医婦人科学には DVD はなく、テキストと報告課題のみとなっている。報告課題は、各科目の重要な学習項目を細かく納めた冊子となっており、選択問題・記述問題から成り立っている。各科目ごと 2 回～4 回に分けて提出することとなっており、採点評価・添削を受けて返送された課題を復習することで更に理解を深めることができる仕組みとなっている。この度筆者は、中医学科の各科目毎に、学んだ中医学の知識をどのような場面で活かしているかを自分のための記録も兼ねて論述し、受講前と受講後の変化について考察する。

1. 中国医学史

『中国医学の歴史』（主編：傅維康、東洋医学出版社）という書籍を教科書として学習し、2 回の報告課題を提出した。この書籍は、750 ページ・厚さが約 3.5cm もある大作であり、その序文には「中国医薬学の起源とその発展過程を原始・上古から清代に至るまで系統的に論述し、各時代の歴史的背景を記した労作である。」と記されている。初めて手に取ったその時の率直な感想は、「最初に大量の歴史の勉強とは、途中でめげてしまわないだろうか、早く基礎や臨床の勉強がしたい。」というものだった。しかし、届いたからには、始めるからには、徹底的に隅々まで書籍に目を通してゆこうと考え、ページをめくり始めた。編訳者の川井正久氏の「第二版発行にあたって」のページの最後には、こう書かれてあった。「人窮すれども　志　窮せず」。この言葉を目にして、これからの 2 年間、どんな苦しい日があっても、学びを完遂しきろうと改めて決意することができた。

第一章は太古～BC 二十一世紀の原始時代の話から始まったが、その内容のあまりの面白さに、瞬く間にこの本の虜になった。それまで漢方診療に携わる中で、「中国の人々は、よくぞこれほど沢山の種類の生薬一つ一つの効能を突き止めたものだ」「一体どうやって方剤というものを導き出して作ることができたのだろう」という素朴な疑問を持っていた。一体いつから、どのようにして？という疑問に対して、この本は事細かに教えてくれるものであった。太古の時代から人々が如何にして生き、発展してきたかを通して、その映像が色鮮やかに目に浮かぶようであった。やはり、歴史をまず学ぶことが必要なのだと実感した瞬間でもあった。

その後には、第二章の夏～春秋時代、第三章の戦国～後漢時代、第四章の魏・晋・南北朝時代、第五章の隋・唐・五代期、第六章の宋・金・元代、第七章の明代、第八章の清代と続く。情報量は莫大であり、まず一度、報告課題に目を通して、どういった内容に重点が置かれているのかを大雑把に把握した上で、読み進めることとした。それぞれの時代について、

医薬や保健衛生の進化、古典や主要人物の紹介が詳しくなされているが、中でも特に心に残ったのが 244 ページの「医者のモラル」であった。唐代の孫思邈が記した『千金方』の項目の一部として説明されているが、①全身全霊を以って最高の医療を②医者に相応しい徳と身だしなみ③社会的責任感をもつべきこと、と 3 項目に分けられている。その中で、孫思邈が出世を求める気持ちを持たずにひたすら病人を救い、病苦を癒すことにその生涯を捧げたことを知る事ができる。孫思邈は、「病を省みて疾を診、眞心深心から、詳しく身体の兆候を察し、ほんの少しも失うこと勿れ・・・病速やかに救うを宜しと曰えども、須く事に臨みて惑わず、唯だ当に審らかに深く思うべし、生命の上を得ずして、率しく自慢に心地よく思い、名誉を待ちねらうは甚だ不仁（仁徳のないこと）なり」として、当時の社会・医療界に存在した欺瞞や名誉欲に走る風潮に強く反発していた。孫思邈の医師の倫理に関する論述は人道主義の精神にあふれており、今日に至るまで変わらぬ戒めと輝きを放っていることに感銘を受けた。時代と共に、様々な医学的思想が生まれてくるが、この書籍は単なる歴史書ではなく、一つ一つの思想についてもかなり詳しく説明を為されている。例えば、李東垣の『脾胃論』に記されている陰火病証については、現在日本語に分かりやすく説明されている教科書は乏しく、なかなかその概要でさえ理解することができていなかった。この書の 395 ページには、元気と陰火は相互に抑制し合う関係であり、脾胃虚弱・元気不足であれば陰火独盛となるため温補すべきであること、人体の元気は升降浮沈の四通りに活動し変化するもので、脾気の昇発作用が順調に行われない時に種々の病変が発生するため、益気昇陽させることが重要であることを非常に分かりやすく説いている。こういった内容は報告課題に問われる内容ではないものの、清代に至るまでの各思想の発生と発展・その内容を詳しく学習することにより、断片的になっていた知識を一筋の歴史の流れとして整理し、理解し直すことができたように思う。

中国医学史について受講後、臨床の漢方診療のみならず、日頃の中国語教本の抄読をするにあたって、参照されている古代の主要人物の思想や時代背景を想像しやすくなった。受講前は、中国の歴史・時代の順序すらおぼろげにしか知らなかったが、受講後は少なくともどの時代にどういった人物がどういった思想を掲げ、その後どう発展したかを思い描いて他の書物を読むことができるようになった。診療所に代々並べられている数々の古典書籍も、今まで題名や人物名を一つの点としてしか知らなかったところが、中国の医学歴史上の線を為す一つの点として認識することができるようになったように思う。

2. 中医基礎理論

『中医基礎理論～学生専用統一教材～』（上海中医薬大学附属日本校）の教科書と呉敦序教授による授業を納めた 4 枚の DVD を教材とし、4 回の報告課題を提出した。DVD の中では、呉敦序教授がひとつひとつの概念について板書に沿って身振り手振りを交えて中国語で解説して下さり、日本語の通訳を介して解説を聞く形となっている。陰陽・五行の中医学における哲学基礎から始まり、中医学の正常な人体に対しての認識として臓腑・経絡・気

血津液について学び、中医学の疾病に対する認識として病因・発病・病機の機序を順に学んでゆく。最終的に中医学の疾病を予防・治療する原則として、正気と邪気、陰と陽の機能とその異常へと話が及ぶ。DVD ごとの報告課題を仕上げてゆくにあたっては、中医学の理解に必要とされる膨大な基礎的用語や基礎理論について、授業の板書とテキストを併せて理解を深めてゆく必要がある。重要な概念については、一つ一つ論述形式の課題に答える形で自身の理解を確かめることができたように思う。テキストは 178 ページあり、緒論、陰陽五行、蔵象、気・血・津液、経絡、病因と発病、病機、予防と治療の原則、という流れで、DVD の授業をさらに詳しく補う形で学習を進めることができた。経絡については、DVD でもテキストでも図を用いて分かりやすく示されており、特に経絡の循行方向と接続法則については理解を助ける画期的な考え方が示されている。さらに、4 回全ての報告課題終了時には復習問題も準備されており、自身の理解度を確かめる上で非常に役立つものとなっている。

3. 中医診断学

『中医診断学～日本人留学生専科教材～』（上海中医薬大学附属日本校）の教科書と徐建国助教授による授業を納めた 5 枚の DVD を教材とし、4 回の報告課題を提出した。DVD の中では、徐建国助教授によってやはりひとつひとつ板書を用いて丁寧に講義が行われた。一番最初に、中医診断学の三大原則として①内外を観察すること、②四診合参、③弁証求因、の非常に重要な原則が示されており、内外を観察するための膨大な四診の学びの後に、偏りなく四診合参するべきであるという重要な原則を思い起こすことができる。その後は各弁証（八綱弁証、気血弁証、臓腑弁証）の広範囲な項目について、ひとつひとつ詳しく説明され、かなりの時間が割かれている。また、舌診だけで 1 枚の DVD が費やされており、一般的な舌診の教科書では掲載されていないような非常に多岐にわたる舌の写真が提示されており、字幕と音声で説明を加えられたものを次々と見て学ぶことができる。臨床現場で出逢う様々な舌候について、DVD を繰り返し見返すことにより自己研鑽を積むことができるものとなっている。テキストは 210 ページに及び、緒論、四診、八綱、弁証、診断とカルテ、の流れで非常に詳しく解説される。例えば四診のうち望診だけでも、望神、望面色、望形態、望頭頸・五官・九竅、望皮膚、望絡脈、望排泄物・分泌物、舌診と細かく分類されて説明が加えられており、日常診療においてもこのテキストを傍らに置いて所見を確認するなど、臨床でも役立てることができている。

4. 中薬学

中薬学テキストと中薬便覧、孫文忠教授による授業を納めた DVD1 枚を教材とし、2 回の報告課題を提出した。中薬便覧には 170 種類もの生薬の標本が綺麗にファイルされて納められており、実際に使用される生薬がどういったものか、自身の五感を用いて繰り返し確認することができる。中医学を志す者にとっては、中薬便覧は開くだけで心躍るも

ので、永久保存版とも言える大変貴重なものである。テキストは 316 ページに及び、随時カラーの絵や写真を添えて、各生薬を説明するものとなっている。総論では中薬の起源と中薬学の発展の歴史、中薬の産地と採集、中薬の性能（四気五味、升降浮沈、帰経、毒性）、中薬の配伍、用薬の禁忌、中薬の用量と用法について、端的に述べられている。各論では、解表薬、清熱薬、瀉下薬、祛風湿薬、化湿薬、利水滲湿薬、温裏薬、理気薬、消食薬、駆虫薬、止血薬、活血化瘀薬、化痰止咳平喘薬、安神薬、平肝息風薬、開竅薬、補虚薬、収渋薬、催吐薬、解毒殺虫燥湿止痒薬の順に解説されている。各章ごとにさらに総論的な学習をした上で、各生薬名・別名・基原・性味・帰経・効能・臨床応用・用法と用量について一つ一つ詳しく学ぶことができる。中薬索引から検索することで、辞書的に用いることができ、日常診療においても非常に役立つものと思われる。DVD では、中薬学とは何であるか、中薬学とは何を指すか、なぜ中薬学を勉強するのか、どの様に中薬学を勉強するか、といった根源的な問いについて最初に考えさせる内容であった。課題については、一つ一つの生薬についてテキストで調べながら地道にこなしてゆく必要があり、膨大な情報量であることから、課題提出・返却後も繰り返し学習して暗記することが重要と思われる。それにより、日常診療で煎じ薬を考慮する場面で必要な知識を少しずつでも増やすことができているように思う。報告課題終了時には復習問題も準備されている。

5. 方剤学

方剤学テキストと朱華徳助教授による授業を納めた DVD1 枚を教材とし、2 回の報告課題を提出した。テキストは 256 ページに及び、上篇の総論と下篇の各論から成り立っている。DVD では、概述・方剤の起源・方剤の発展・組成の原則（君臣佐使）・など必要事項に限って言及されており、麻黄湯を例に組成の変化について分かりやすく説明されている。また、方剤の剤形など、テキストの総論に対応する内容について説明されている。日常的によく使用されるエキス剤の域を遙かに超えて、全く聞いたことのない中医学の方剤がかなり広く網羅されている。テキストの各論において、各々の方剤について、出典・組成・用法・効能・主治・方解・附方の流れで分かりやすく列挙されており、特に方解の中では原書や古代の代表的文献を引用して非常に詳しく解説されているため、理解・記憶を助けるものとなっている。もちろん、解表剤、緩下剤、和解剤、清熱剤、祛暑剤、温裏剤、表裏両解剤、補益剤、安神剤、開竅剤、固渋剤、理気剤、理血剤、治風剤、治燥剤、祛湿剤、祛痰剤、消導化積剤、駆虫剤、涌吐剤、癰瘍剤、と体系的に収録されており、テキスト末尾に方剤名検索も付されているため、実臨床においても辞書的に用いることができる。各章の最後には「まとめ」「復習問題」が示されており、課題と併用して効果的に学習することができる。報告課題では、一つ一つの生薬について詳しく学習する機会が与えられ、論述形式の問題では各方剤の区別や異同点についての問いなどもあることから、方剤について考える際に必要な視点についても学ぶことができた。報告課題終了時には復習問題も準備されている。中薬学と同様、一度や二度の学習で十分に理解・記憶しき

れるような情報量ではないことから、これからの日常診療において実際に煎じ薬を処方して使ってみることにより、各方剤について経験してゆくことが必要と考えられる。

6. 中医内科学

中医内科学では、テキストと何立人教授による授業を納めた 3 枚の DVD を教材とし、3 回の報告課題を提出した。DVD ではまず「中医内科学の勉強のポイント」についてのアドバイスから始まり、テキストの各論に並ぶ各病証について、ひとつひとつ板書を用いて丁寧に講義が行われた。定義・病因病機・治療原則・弁証論治・常用の方剤などについて適宜重要なポイントがピックアップされる。「中医内科学の勉強のポイント」において「内科学の病床を前後に、互いに参考し、比較する」ことが挙げられていた通り、例えば哮証と喘証の学習の後には、喘脱や哮と喘の鑑別について詳しく解説されるなど、膨大な情報量の中で特に留意すべき点が埋もれることのないように配慮されている。テキストは 347 ページに及び、その総論においては気血の病機・病証の基本概念、風寒燥火の病機の基本概念、湿・痰・飲における病機病証の基本概念、六経と衛気営血病機病証の基本概念、臓腑病機病証の基本概念、などの中医基礎理論の復習ともなる項目について、それぞれ病機概要・主要症状・治療法則・方薬挙例と順に詳しく説明されている。また、内科治療（正治反治・標本緩急・扶正祛邪・臓腑補瀉・三因制宜などの治療原則）について説明の後、常用治法（解表法、清熱法、攻下法、和解法、温裏法、補益法、消導法、理気法、理血法、固渋法、開竅法、鎮痙法）の適用範囲・注意事項について各々万遍なく触れられている。しかし、このテキストの大半は 58 ページの感冒から始まる各論で成り立っており、全 49 項目の内科的疾患について病因病機・類証鑑別・弁証論治を詳しく学ぶことができる。各項目の終わりには「まとめ」として要点を再確認できるようになっている。報告課題は主に各論の各疾患について問う形となっており、専門用語の解釈・類証鑑別について記述するほか、証治の比較、症状・治療原則・方薬の比較などを詳細に論述する課題が並び、DVD とテキストを漏れなく学習しなければ答えられない問題のため、一病証ずつじっくりと学習することが求められている。報告課題終了時には復習問題も準備されている。

なお、西洋医学的な疾患と中医学的な病証を自分の中で比較しつつ学ぶことができれば、共通する部分と異なる部分に目を向け、さらに体系的に知識を整理しやすいのではと想われる。

7. 中医小児科学

中医小児科学では、115 ページのテキストを用いて、2 回の報告課題を提出した。テキストには、各分野ごとに最初に「目的要求」が記載されており、どういった点を理解すべきか要点を記載されている点が非常に分かりやすい。また、各分野の最後に「自習指導」「独学指導」「学習要点」など、その分野で学んだ内容を分かりやすくまとめられている。

内容としては、第一章で中医小児科基礎の理解から始まり、成人とは異なる小児の生理・病理や成長発育過程について非常に詳細に理解することができる。その上で、第二章以降は、非常に広範囲な小児科疾患が網羅されており、その病因病理・弁証論治について一つ一つ詳しく学習することができる。「他の治療」として針灸療法や推拿療法、外治法についても図を使用して詳しく述べられている点が特徴的であった。第三章の小児伝染病では、上記内容に加えて予防や看護法についても適宜詳しく述べられており、毎日の診療でも非常に役立つものと思われる。

8.　中医婦人科学

中医婦人科学では、103 ページのテキストを用いて、2 回の報告課題を提出した。テキストは総論から始まり、最初に中医婦人科特有の女性生殖器官の解剖について専門用語を確認した上で、月経や妊娠・分娩に関する中医学的な理解を深め、いずれもテキストに沿って報告課題に答えることで、一つ一つを自分の中で確認することができる仕組みとなっている。まず、以前に学習した病因の中で、特に婦人科疾患に関わる部分を重点的に確認することができる。病機では、婦人科特有の臓腑機能失調(腎・肝・脾)、気血失調、胞宮への直接的損傷が衝任二脈に影響するというおおまかな流れをまず最初に理解をすることができ、実臨床で弁証をする際に非常に効果的であると思われる。各論では、総論での学習を元に、月経病・帯下病・妊娠病・産後病・婦人科雑病について、一つ一つ丁寧に、定義・病因病機・診断要点・弁証論治についての説明が施されている。課題には、テキストに記載されていない内容も一部含まれているが、各々の要点について問う形となっており、復習にも非常に有用である。テキストは決して分厚いわけではなく、目次からの検索もしやすいため、今後実臨床で弁証論治をする際にも、大いにこのテキストが役立つものと思う。

＜考察＞

上海中医薬大学附属日本校中医学科の大学専科コース（前期課程）で、中国医学史・中医基礎理論・中医診断学・中薬学・方剤学・中医内科学・中医小児科学・中医婦人科学を学習した。2022 年 4 月に学習を開始し、2023 年 10 月末に全ての科目を修了した。筆者の場合、早起きをして出勤前に自宅で DVD を視聴する時間を作るようにし、業務開始前のまとまった時間や日常診療の合間の短い時間を利用して地道にテキストの学習・報告課題に取り組んだ。全く時間の取れない日ももちろん度々あったが、自身の仕事の状況や体調に合わせて、余裕のある日に挽回するなど、マイペースに学習を継続することができた。いずれの科目もかなりの情報量があるものの、報告課題に期限が設けられていることもあり、与えられた期限を守ることもモチベーションの維持に寄与し、日常診療とうまく両立しながら予定よりも早く修了することができた。むろん、1 度の受講で全ての知識を定着できているわけではなく、これからも繰り返し復習と理解を深める学びを続ける必

要があることを実感している。

受講前と受講後の変化は多くあるが、中医学というものの大まかな骨組みをつかみ、どう向き合えばよいかが分かった、というところが一番大きな収穫であったと考える。受講前までは、どれほど学んで扉を開けて進んでも、ブラックボックスのような果てしない世界が次の扉の向こうにあるように感じていた。それが、中医基礎理論や中医診断学、中薬学、方剤学の知識を前提として、中医内科学はこういうもの、中医婦人科学はこういうもの、中医小児科学はこういうもの、と全体像が見えたことで、日常診療において弁証に悩む時、ブラックボックスの中を手探りで探す必要が無くなった。診ている病気が中医学のどの病態に当てはまり、さらにどういった弁証を進めてゆけばよいかの全体像が分かっていると、その時点でまだ細かい知識が十分に定着していなくとも、テキストを振り返って手がかりとすることで、今までよりもはるかに弁証論治しやすくなった。自ずと本格的に煎じ薬を治療として選ぶきっかけが増えており、今後は治療の選択肢をさらに広く持つことができるようになると思われる。細かい膨大な知識を少しずつ積み上げて習得することはもちろん非常に重要であるが、日常的に行っている西洋医学的な疾患と中医学的な病証を自分の中で比較し、共通する部分と異なる部分に目を向けつつ中医学的な弁証を毎回繰り返すことで、大学で学んだことを自分自身の中の生きた知識として更に定着させてゆくことができるのではないかと考えている。また、漢方診療においては内科的疾患のみならず、婦人科疾患や小児の診療をすることも度々あり、中医学的に女性や子供と向き合う場合の弁証論治について、繰り返しテキストを探って助けを求めることができることを本当に心強く感じている。中医皮膚科学など、大学の授業になかった科目についても講義があればと非常に惜しく思いつつ、手に取ることのできる教科書を元にどのように学んでゆけばよいか、すでに道しるべを示されているようにも感じている。また、幸いにも、就学中・卒業後いずれも定期的な ZOOM セミナーへ自由に参加する機会が与えられており、基礎中医学、中薬学、方剤学、そして各病証の中医学弁証論治など各テーマについて、上海中医薬大学附属日本校の中医師や客員教授の先生方から非常に詳しい講義を受けることができる。これらは大学のカリキュラム内で学びきれなかった部分を補うものでもあり、また西洋医学的な病名についての弁証論治という面では大学のカリキュラムとは異なる視点で学習することができるものでもあり、日常臨床に今日から役立てることができる非常に有意義な内容となっている。

上海中医薬大学附属日本校中医学科で学んだことを活かし、孫思邈がその生涯をもって示したように、全身全霊を以って最高の医療に取り組み、病苦を癒すことを求め続けたい考えている。川井正久氏の「人窮すれども　志　窮せず」という言葉の通り、今後たとえ壁にぶつかる日があろうとも、自身の病が中医学により癒やされた感謝の想いを胸に、患者と向き合い、病と向き合い、中医学と向き合い、志をしっかりと抱きながら謙虚に歩み続けたいと願っている。