

### 3. 華岡青洲自筆「丸散便覧序」考：現代語訳および注解

高橋 均 北岸英樹  
大澤英寿 金井 透

近畿大学医学部附属病院救命救急センター

植嶋利文 松島知秀  
坂田育弘 松村 巧\*

\*和歌山大学教育学部中国言語文化研究室

「丸散便覧序」は、1790年に華岡青洲自身で著述したことがその序文からわかる。「丸散便覧」は青洲が師事した吉益南涯とその父吉益東洞の提唱した「萬病一毒の説」・「気血水の学説」に則った古方医学派の便覧を青洲が自分自身の学説に則り、書き改めたものである。「丸散便覧」の門人伝書本は、高橋 震氏が所蔵している。本書物には、青洲の門人が書写した「序」がみられる。その内容は、自筆本と全く同様であり、門人が広くこの書物を華岡流の医術書として伝書していったことがわかる。

「丸散便覧」の著述を行った頃の春林軒塾の門人は、「春林軒門人姓名録」によると、父直道時代からの門人を除くと、1788年に入門した中川脩亭、1789年に入門した楠 又一、1790年に入門した湯浅養玄の3名のみである。中川脩亭は、門人というより、友人に近い存在であった。青洲の麻酔薬研究には、中川脩亭の協力は欠くべからざるものであり、麻酔

薬の研究過程のわかる著述である禁方拾録も青洲の口述内容を彼が筆記している。また、中川脩亭自身の著述である「麻薬考」には、華岡青洲がどのようにして麻沸散を開発したかの過程が明瞭に示されている。このことから、「丸散便覧序」で青洲が述べている一友人とはこの中川脩亭のことと考える。

「丸散便覧序」は、薬の使用法や病の治療法に関する青洲自身の考え方が表れており、誠に興味深い。われわれは、青洲自身の言葉で記述された「序文」の部分が最も重要であると考えている。この現代文に翻訳した論考を読み解くと、華岡青洲の薬物の処方に関する考え方がわかり、かれが提唱した「内外合一・活物窮理」の学説が眼前にみえてくる。そして、庶民に尊敬される名医として育つには、どのように医療を行えばよいかかわかる。現在のわれわれも、医聖華岡青洲に近づけるよう、彼の言葉を胸に刻み込む必要がある。

### 4. 瞑想によるリラックス効果と試験期間中のアルファ脳波出現率との関係について

楠本久美子\* 桃尾 幸順\* 大原生子 岩崎弘充

木下(木本)さおり 西田 升三 戸村隆訓

近畿大学医学部第1生化学教室 \*四天王寺国際仏教大学

目的 本務校では学生に集団で瞑想を実習させている。瞑想は精神を安定させ、不安を取り除くリラックス効果がある。しかし、集団で行う瞑想は心を落ち着かせる効果はあってもリラックス効果を得るには指導の限界があると考えた。半年間、瞑想の個人指導を行い、集団瞑想の学生と定期試験中の瞑想のアルファ波出現率の比較を行い、瞑想のリラックス効果について検討した。

方法 被検者は2年生で、個人指導前のアルファ波の出現率が30%台で、しかも出現率において各人の間に有意差が認められない学生とした。半年間の個人指導を受けた26人のA群と集団の瞑想指導しか受けていないB群の30人とした。検査期間は2000年1月13日から1月20日までの定期試験中の7日間である。A群とB群とのアルファ波のリラックスの程度を比較検討した。個人指導の瞑想方法は阿字観とし、瞑想中の姿勢を維持するための背筋力強化に1日3000歩以上歩行させた。集団指導は無想である。ともに1週間に2回、10分間の瞑想を実習した。脳

波測定は前額部から優勢脳波を2秒毎に検出し、3分間記録した。脳波解析はヒューマンテクノロジー研究所のパラックスのソフトを使用した。

結果 リラックスしながら意識集中している時に出現しやすいアルファ2波の出現率は、個人指導後のA群は60%台と高く、B群は30%未満であった。7日間の全日ともにA群の方が高率でB群との間に0.1%有意水準で有意差があった。緊張集中している時に出現しやすい、アルファ3波の出現率は指導前のA群は20%台であったが、指導後は10%未満で7日間全日ともにB群の20%台よりも低く、B群との間に0.1%有意水準で有意差があった。のんびりした気分の時に出現しやすい、アルファ波はA群とB群との間に有意差が認められなかった。

結論 A群は個人指導による瞑想を実習した結果ストレスの多い定期試験中であっても瞑想するとアルファ2波の高い出現率が認められた。個人指導による瞑想はリラックス効果が高いことが解った。