

コクランを「エビデンスのワンストップソリューションに」 - 渡辺範雄・コクランジャパン代表/ 京都大大学院准教授 ◆ Vol.3

「誰でもコクランの系統的レビュー論文の著者になれる」

スペシャル企画 2029年10月16日 (火)配信 聞き手・まとめ：高橋直純 (m3.com編集部)

渡辺範雄・コクランジャパン代表/京都大大学院准教授：中山祐次郎・対談企画

[現時点で最も正しい医療情報が分かる仕組み ◆ Vol.1](#)

[世界中の論文を専門家が調べてピックアップしてくれる ◆ Vol.2](#)

中山：実は先日、コクランジャパンの総会で、渡辺先生からのご指名で僕が講演させていただくという機会をいただきました。そこで、エムスリーに協力してもらって、「コクランレビュー、知っている？」というアンケートを事前に行いました。医師では「よく知っている」「名前だけ知っている」は合わせて60%程度でした。僕もm3.comの担当者も結構知られているんだなと思ったのですが、コクラン側の皆さんは割と衝撃を受けてまして。

渡辺：受けましたよ。最近の医学生はEBMの授業があるはずですよ。そこでコクランという言葉は出てきているのかなと思ってたんですよ。僕の頃はなかったけど、例えば先生の頃は？



渡辺氏（右）

中山：ありましたね。でも、授業でコクランが出てきた記憶はなかったですね。忘れているのか、出てこなかったかは分かりませんが、国家試験に出るとかでもない、なかなか…。

渡辺：そうですね。全然知らない人も勤務医の中で4割ぐらいいるという結果で、それはショックでしょう？

中山：しかも、回答していただいたのは関心がある人だから、実際はもっと…。

渡辺：さらにショックだ。

中山：ショック。

渡辺：中山先生にはお話ししていますが、僕らコクランジャパンとしては、エビデンスのワンストップソリューションになりたいと思って活動しています。具体的に言うと、例えば医者が、リウマチ熱の治療を知りたいと思ったら、ウェブで「コクラン」「リウマチ熱」で検索しようと思われる存在になりたいです。

医者だけではなくて、患者さんもそうなってほしい。不確かな医療情報が渦巻いているこの世の中で、コクランとつければ取りあえず正しい情報が得られるんだとみんなが知ってくれて、それに答えるだけのエビデンスを分かりやすい形で全部の疾患領域に出していきたいと僕自身は思ってるんですね。

ただ、まだまだ先は長く、コクランジャパンの広報の問題もありますし、僕らはコクランのPlain Language Summariesの日本語訳を作って公開していますが、そもそも英語で書いてあるのが分かりづらいものだったりします。Plain LanguageじゃないだろうというサマリーがPlain Language Summaryとして出ているわけです。

中山 : 難しすぎるとかですか。

渡辺 : 難しいと思います。例えば、医療者ではない自分の父親がPlain Language Summariesの日本語訳を読んで全部が分かるかということ、無理ですよ。

中山 : 分かんないですね。

渡辺 : それらに対応するのはまだまだできていないですし、そもそも全部の領域を全部コクランでカバーするのは難しいとは思いますが、夢としては検索サイトの医療系のカテゴリーのキーワード1位に常にコクランがあることです。

編集部 : 実際にそのような使われ方はされているのですか。

渡辺 : それはまだですね。

中山 : やっぱり最初はPubMedですね。あとはガイドラインです。

渡辺 : 医者はそうですね。だけど、ガイドラインに沿ってやらないといけない領域とそうでもない領域があるはずで

中山 : 先生はご自身の臨床の中でコクランを使う経験はありますか。

渡辺 : ありますよ。中山先生と同じで、PubMedを使うときもあるけど、Googleで「コクラン」「デプレッション」「光療法」とかで調べたりします。治療法を探すというよりは、治療の効果はどのぐらいというエビデンスがあるんだろうというふうに、ちょっと絞った感じで検索する感じでしょうか。そういう使い方は、臨床医としてどうでしょうか。

中山 : 確かにいろいろ使えそうな気がしますね。ただ、京大に来る前は、読んでもなかなか理解できなかったです。

渡辺 : そうですね。

中山 : なので、コクランの書き方と同時に読み方を広めていったほうがいいのかもしいかなと思います。あと、話が前後してしましますが、コクランの系統的レビューは誰にでもできるのでしょうか。

渡辺 : はい、できます！ 熱意が必要だし、系統的レビューはやり方が完璧に決まっていて、方法論を知る必要がありますが、コクランジャパンのセミナーに参加してもらおうとか、コクランのサポーター登録をすると英語ですが、ウェブでも説明を読むことができます。

中山 : 一回セミナーに行って、例えばコクランジャパンの人たちと知り合ったりしてやって、本当に著者になるっていうのは、そんなに夢物語でもない？

渡辺 : 実際にそうやって書いている人も何人もいますよ。

中山 : 系統的レビューをやってみて、自分が1000人のデータを持っていなくても、高額な統計ソフトを持ってなくても、医局に入っていないなくても、実際、僕は医局に入っていないんですが、1人でも研究をしたい人ができると思いました。それは大きなメリットだなと。

渡辺 : お金がなくても、研究フィールドがなくてもできる。仲間は必要ですけど、コクランジャパンのセミナーに来てくれると仲間づくりもできます。すいません、ちょっと宣伝です。

中山 : 世界のコクランの中で日本のプレゼンスというか、日本の活発度はどうなんでしょうか。

渡辺 : 例えばコクランのホームページへのアクセス数でいうと、日本は世界で7位か8位ぐらい。なぜか1位がメキシコです。メキシコ、アメリカ、フランス、イギリス、イタリアなどが上位でした。

作る方では、やっぱりイギリス、アメリカが多いです。現在、コクランレビューでは完成レビューがだいたい8000本、プロトコルが2500本、あとタイトル登録も3000~5000ぐらいあります。日本人は8000本のうちの100本を超えています。この京大のコースからみんな出版までこぎ着けたら、3年間で30本か40本増えますね。

中山 : なるほど、頑張ります。改めてですが、精神科医の渡辺先生がコクランに関わるようになったのはどうしてなのでしょう。

渡辺 : 精神科の疾患は、よくも悪くもすぐに決着付くわけでもなく、すぐに死亡等の重篤な状態が起こるわけでもないので、判断も少し甘めというか、何となく自分のやり方でやっている医者が多いと思うんですよ。

だから先輩と話していても、人によって結構違う。ひどいケースでは、抗精神病薬と抗不安薬と抗うつ薬の3つをどんな患者にも同じ処方をして「カクテル療法」とか言っている医師の話も聞いたこともあります。個人の経験だけものを語るのには駄目だろうというのがスタートでした。

やっぱり研究結果を、エビデンスを基に何かを語るようになりたいという時に出会ったのが、系統的レビューでした。

中山 : 医師になって何年目ぐらいの時だったんですか。

渡辺 : 僕は大学病院で初期研修をしたのですが、当時からスーパーローテートで、そのときの内科オーベンがきっかけでした。高額な検査や治療をして、「俺はこの病院の今月の売り上げナンバーワンだ」と言ったりする医者で。DPC以前の話です。

中山 : しょうもないですね。

渡辺 : そういったオーダーを研修医だった自分に「あれまだ出してないのか」と言ってきて、ずっと腹の中で「へこませたい」と思っていました。そういう黒い(笑)モチベーションがエビデンスを調べるきっかけになりました。

中山 : なるほど。最初はそういう思いだったんですね。当時はコクランジャパンはあったのですか。

渡辺 : コクランライブラリーはあったし、PubMedでも検索できたと思いますね。

中山 : それで、コクランの学会であるコロキウムに行かれたのですね。

渡辺 : 医師4年か5年目の2002年に行きました。初めて来たばかりで緊張しながらポスターセッションに行くと、隣にTシャツ、短パンのおじさんがいて、「何だ、この人」と思っていたら、今思えばデビッド・サケットというEBMの大家でした。まあ、そういう緩い雰囲気は何か割と居心地が良かったんですね。

中山 : 渡辺先生が最初に書かれたのはどういうテーマだったのですか。

渡辺 : 最初はパニック障害という病気で、抗不安薬と精神療法がテーマでした。ちょうどイギリスに留学していたので、イギリス人と一緒に組んでやりました。それも契機でした。

中山 : 先生の留学先はコクランやっている人がたくさんいたのですか。

渡辺 : ロンドン大学でしたけど、たくさんいましたよ。コクランの存在はみんな「当たり前」という人たちばかりでした。一般の臨床医はどうかは分かりませんが。

中山 : 渡辺先生はコクランジャパンの代表ですが、世界のコクランではどのような役割をしているのですか。

渡辺 : 日本代表としてディレクターズミーティングに年に2回参加してきます。ただ、やっぱりそれだけではなくて、ゆくゆくはコクラン本部で、コクラン全体のポリシーメイキングにも関わっていきたいと思っています。まだ日本の代表になったばかりで、まずは足元を固めていきます。日本でもたくさんのレビューを出していきたいです。

中山 : 渡辺先生、今日はコクランについての詳細なお話をありがとうございました。おそらく、いまウェブ上にある情報で、最も情報量の多いコクラントークになったと思います。

エムスリー会員の皆さんには、

- 誰にでも会員になれる
- 誰でもコクランの系統的レビュー論文の著者になれる
- ぜひコクランジャパンの主催するイベントに参加を

ということをお伝えしたいと思います。特に、「研究の環境が整っておらず何をすればいいか分からないが研究の熱意を持って余している人」にはとてもお勧めです。僕もまだ途中ですが、系統的レビューを一度でも書くことで「俯瞰の眼」を手に入れることができます。これから続く医師人生において、研究結果の見方が大きく変わるでしょう。

本日は本当にありがとうございました。

シリーズ [一介の外科医、憧れの人に会いに行く：中山祐次郎・対談企画](#) »