

医薬品と保健的食品の適切な使用を支援する情報紙

ふあるま・ねっと通信

第23号 2010/11

ふあるま・ねっと の ”ふあるま” はラテン語で薬を意味します

発行：特定非営利活動法人 ふあるま・ねっと・みやぎ

Fax：022-251-0767

e-mail：pharm-nm@js3.so-net.ne.jp

http://www.geocities.jp/pharmanet_myg/

・・・ 代替療法「ホメオパシー」の効果について ・・・

山口県で昨年10月、助産師にビタミンK₂の代わりにホメオパシー療法の特殊な錠剤を投与された乳児がビタミンK欠乏性出血症で死亡したことを受け、日本学術会議は医療従事者が治療法に用いないよう求める会長談話を8月24日に発表した。同会議が、特定の療法を否定するのはきわめて異例だ。声明では、現段階でホメオパシーを信じる人はそれほど多くないが、医療現場から排除されないと「自然に近い安全で有効な治療という誤解」が広がると指摘し、科学的根拠は明確に否定されており、医療関係者が治療に用いることは認められないとしている。

紙上講座 統合医療について(その2)

最近、癌の治療において健康食品(アガリクス、プロポリスなど)が注目されています。医学的治療により治る見込みがない場合、再発の危険がある場合に、効果が明らかでない不確実な治療であっても、民間療法などを受けようとする人が多いようです。

近年では、現代西洋医学と民間療法などを組み合わせて治療を行う「統合医療」が推進されつつあります。そこで私たちがどのように向き合い、利用したらよいのか考えてみましょう。

2 補完代替医療に対する心構えは

前回の紙面で日本補完代替医療学会では補完代替医療の定義を「現代西洋医学領域において、科学的未検証および臨床未応用の医学・医療体系の総称」としていることは述べました。

科学的・医学的検証に基づく通常の医療とは異なる医療を受けようとする場合には、補完代替医療についての理解と本人の意思・心構えが大切です。

厚生労働省がん研究助成金による研究班のアンケート調査の中間解析結果によると、心理的なメリット(体調がよくなるなど)とデメリット(値段が高いなど)のバランスなどが大きく影響するそうです。

したがって、補完代替医療に対する考え方次第、感じ方次第でその利用と継続に大きな影響が出る可能性があります。

更に最近では、インターネットによって健康・医療情報へのアクセスがとて簡単に行えることから、患者やその家族が多く、情報に翻弄されているという問題点も明らかになりました。アンケート結果からは、患者は家族や友人など周囲の環境から非常に影響を受けやすいことも浮かび上がっています。

そこで、利用を考えている補完代替医療に関して広く情報を収集して、それを利用することでのメリットやデメリットを、家族も含めてしっかり理解する必要があります。例えば有効性と安全性がどの程度保証されているのか、またその費用はどの程度なのか、などを検討した上で自らの責任で選択するという心構えが重要になります。

その時点で受けられる医療のどれを選ぶかは本人の意思です。医学的に未検証の医療を選択した場合でも、冷静な視点を持った専門家のアドバイスを受けられる道があることも忘れないで下さい。

話題の食品 ㊤ お茶(緑茶)

緑茶は健康に良いといわれ、がんの予防が期待されています。普段のお茶としての飲料だけではなく、いわゆる健康食品として濃縮されたものも販売されています。また、「体脂肪が気になる方」を対象としたトクホが許可されています。

緑茶には、カテキンなどのポリフェノールが含まれており、その抗酸化作用によるがんの予防が期待されています。緑茶に関しては様々な実験が行われています。それらの実験では、血中コレステロール・トリグリセリドの低下、血圧調節、下痢の治療、認識能の向上、パーキンソン病の予防、食道がん・胃がん・膵臓がん・大腸がん・膀胱がん・卵巣がんの予防に有効性が示されたという報告があります。

緑茶は適量の摂取であれば安全ですが、多量の摂取はカフェインの副作用が出やすくなるといわれています。過剰摂取においては、便秘、消化不良、めまい、動機、不眠などが起きる可能性があります。濃縮された緑茶製品で肝障害の報告があります。

医薬品との飲み合わせについては、鉄剤の吸収を抑えることが知られていますが、鉄欠乏症の成人に対する鉄吸収には影響がないことがわかっています。他にも医薬品との飲み合わせは数多く知られています。薬の服用中の方は飲み合わせについて薬剤師に相談してください。

最近の研究では、緑茶をたくさん飲んでも乳がんになる危険度は変わらないとする疫学調査の結果が出ています。結腸直腸がんの予防に対して、有効ではないという報告もあります。がんの予防を期待して濃縮された製品で健康被害にあわないよう注意が必要です。

~~~【得する情報】~~~

緑茶のはたらき

【期待される機能性】

- ・ コレステロールの低下
- ・ 血圧を下げる
- ・ 認識能の向上
- ・ 食道がん、胃がん、大腸がん、膀胱がんの予防

【ヒトで認められている機能性】

- ・ 体脂肪の低下

【安全性】

- ・ 適切な経口摂取は安全
- ・ 過剰摂取でカフェインの副作用が出やすくなる
- ・ 妊娠中、授乳中の多量摂取は危険性あり
- ・ 慢性的に長期間多量に摂取すると習慣性が生じることがある

【相互作用】

- ・ 鉄剤の吸収を抑えるが、治療上影響はない
- ・ 医薬品との飲み合わせは数多く知られている

ふあるま・ねっと・みやぎの活動

1. 出前講座・・・地域グループ、学校関係、各種施設などの小規模な集まりに、ご希望に応じた「はなし」を出前いたします。(1時間程度)
2. 各種イベント、講演会への講師派遣(1~2時間)
3. ふあるま・ねっと・みやぎが企画するイベント：公開フェア、研修会 など
☆講座、講演の内容(メニュー)および詳細は事務所に問い合わせるか、「ふあるま・ねっと・みやぎ」ホームページをご覧ください。

〔問合せ、申込先〕 ☎981-8002 仙台市泉区南光台南3-6-21

TEL・FAX：022-251-0767

e-mail：pharm-nm@js3.so-net.ne.jp

(グループまたは団体名、代表者名、電話番号、資料送信先FAX番号を記入してください)

ホームページ： http://www.geocities.jp/pharmanet_myg/

4. 会員・・・会の趣旨に賛同する方(詳細はお問い合わせください)
会員特典・・・情報、資料等の無料提供(印刷実費、送料のみ有料) 研修会への参加費割引など

