

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24号 2011/5

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/

・・・ 東日本大震災 東北・関東地区に大きな爪痕 ・・・

東日本大震災で被災された皆様には、改めてお見舞い申し上げます。震災後、原発の放射能汚染が心配されていますが、放射線の体への影響を表す単位にはSv（シーベルト）が用いられています。放射線による健康被害には、全身に一度に大量の放射線を浴びた場合と、低濃度の放射線を長い時間浴びた場合との2種類があります。一般の人にとって問題になるのは後者です。国際放射線防護委員会（ICRP）によると、100mSv（ミリシーベルト）以上の放射線を受けた場合、がんなどで亡くなる危険性は100mSvあたり0.5%増えます。現在、日本人の約30%は、がんで亡くなっています。その原因の約30%はタバコなのです。危険性が0.5%高まる100mSv程度の放射線と比べた場合、発がんへの影響は喫煙がはるかに大きいと言えます。一方、100mSvより少ない場合、がんの危険性の差は僅かで、はっきりした影響はわかりません。「明らかな健康障害が出るのは100mSvから」とされるのはこのためです。

紙上講座 統合医療について（その3）

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医療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。

3 補完代替医療に対して確認すべきことは

前回の紙面で、統合医療の中心となっている補完代替医療に対する心構えについて述べました。

医療機関での通常の医療と異なり、補完代替医療についての理解と本人の意思・心構えが大切になります。そして関心があるときには、まずは次のことについて

確認しましょう。

- ① その補完代替医療を受けることは自分にとってどのようなことでしょうか。
- ② 自分の体の状態をよく知っている医師や看護師と相談しましたか。
- ③ 補完代替医療に関心があることを主治医や看護師に知らせましたか。
- ④ 関心のある補完代替医療について、十分な情報を収集しましたか。

代替医療ではいわゆる健康食品が多く用いられていますが、健康被害・副作用の報告もありますので、慎重に考えたいものです。アガリクスが原因と思われる深刻な肝機能障害を起こし、死亡した例もあります。

また、補完代替医療のなかには現在受けている治療と一緒にを行うと害になるものもあります。

まずは十分に確認をしましょう。

話題の食品 24 サメナンコツ

~~~~【得する情報】~~~~

サメナンコツはがんを防ぐことを期待され、がん患者さんによく利用されています。

サメナンコツの成分はグルコサミノグリカン（コンドロイチン硫酸）です。他にカルシウムも含まれています。抗がん効果としては、直接がん細胞を殺す作用、免疫を活性化する作用、がん組織の栄養血管を抑制する作用などが考えられます。ヒトでの臨床試験では乳がん、大腸がん、肺がん、脳腫瘍などについて抗腫瘍効果や延命効果を調べていますが、効果が認められなかったという報告が多いようです。腎細胞がん患者を対象としたものではサメナンコツの低用量より高用量を摂取したほうが生存期間が長かったという報告があります。しかし、肺細胞がんでは延命効果は認められなかったという報告もあり、有効性はまだはっきりしないようです。

安全性に関しては、適切に用いれば経口摂取では安全といわれています。有害事象としては、吐き気、おう吐、便秘などの消化器症状が多いようです。また、高血糖、高カルシウム血症、肝炎などの報告もあります。妊娠中・授乳中の安全性に関するデータは十分ではないので、使用は避けましょう。カルシウム剤との併用は高カルシウム血症を起こす可能性があります。

サメナンコツとして販売されている製品の原材料を分析した調査があります。サメ由来のコンドロイチン硫酸ではないと考えられるものが9製品中2製品あったと報告されています。消費者としては原材料や純度について判断するのは困難ですが、購入する場合は注意が必要です。

### サメナンコツのはたらき

#### 【期待される機能性】

- ・抗がん作用

#### 【安全性】

- ・適切な経口摂取は安全
- ・吐き気、便秘などの消化器症状が出ることもある
- ・高血糖を起こすことがある
- ・高カルシウム血症を増悪させることがある

#### 【相互作用】

- ・カルシウム剤との併用で高カルシウム血症を起こす可能性がある

#### 【摂取に注意が必要な人】

- ・妊娠中、授乳中の人
- ・糖尿病の人
- ・肝機能障害がある人

### 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