

# 第177回 和歌山県医師会内科医会学術講演会 抄録



平成21年4月23日 於：和歌山ビッグ愛

主催：和歌山県医師会内科医会

共催：中間法人日本病態情報医学会・株式会社エビデンスラボ

**演題1：「健康補助食品・サプリメントの使用を医師の認知下におく～健康被害の防止と軽症患者の受診率向上のために～」**

**座長：南條 輝久男 先生**

和歌山県医師会内科医会 副会長

**演者：梶本 佳孝 先生**

和歌山県立医科大学客員教授、

大阪市立大学大学院医学研究科 客員教授

従来、臨床の現場では健康（補助）食品やサプリメント等は「厄介者」として扱われてきた。しかし、その使用量は増え続け、2010年には医薬品市場の約半分、3兆円規模になることが推測されている。2004年に実施された主婦を対象とした独立行政法人国民生活センターの調べでは、実に2/3の方が健康補助食品等を使用した経験があるとし、56%もの方が今現在も使用していると回答している。こうした健康補助食品等が普及した背景には、高齢化、生活習慣病患者の増加や行政の医療費抑制政策にともなう患者負担増などによる人々の疾病予防に対する意識の高まりがある。また、医療が「タダではない」ことを国民が以前よりも強く意識し、医療サービスの受け手である患者が、自らの医療を医者任せにせず、自分で選択したいと考え始めた結果、手の届くところにある健康食品に目が向いたと言うこともある。言い換えると、多くの患者が健康補助食品等を使用している現実、医療提供者側が受け手である患者のニーズを十分に満たせていない中で、患者自身が健康補助食品等を使用することで、自分なりの解決策を模索している表れとも言えるだろう。

また、健康食品ブームの背景には、医学研究、とりわけ疾病予防に関わるバイオマーカーの進歩によって有用な健康補助食品が開発され易くなったことがあげら

れる。例えば、肥満解消をターゲットにした健康補助食品の開発では、呼吸商（酸素消費量）解析を活用して、短期間で抗肥満効果の有無が検証可能となっている。

しかしながら、開発やエビデンスの構築をまじめに行うメーカーがある一方、安全性や有用性の点から疑問のある健康食品も依然として数多く存在する。効果のあるような名称で販売されるものやテレビコマーシャル、インターネットの広告の中には薬事法に抵触するのではないかと考えられるものが散見し、消費者が正しい選択をできないような環境にある。最近でも中国製の健康食品が糖尿病に良く効くと評判になったが、SU剤と同じ成分が含まれ、健康被害が発生した。消費者はこうしたトラブルや不安と隣り合わせでいながらも、テレビやインターネットの情報にのみ頼って選択し、使用し続けている。こうした現状に消費者（患者）が決して満足しているわけではなく、かかりつけ医の推奨や情報提供の下で使用したいという患者が多いことが種々の調査結果から分かっている。医療サイドとしても、軽症の患者が自己判断で民間療法や不適切な健康食品を利用することで治療の機会を逸することは忌々しきことである。

こうした状況に対し、本来医療機関の管理下に置かれるべき患者を、医師の管理下に置くために健康補助食品が役に立つのであれば、活用するべきであるという考えがある。日本病態情報医学会（理事長、河盛 隆造先生/順天堂大学大学院教授）では、学会の委員会が有用性と安全性の観点から審査した健康補助食品の普及とそれらの安全性に関する更なるエビデンスの構築を目的として、継続利用追跡調査の活動を推進している。この取り組みは、いま健康食品等を使用している患者に対し、そのことを医師に申告してもらい適切なアドバイスを受けるようコミュニケーションをとることから始まる。使用中の健康食品が不適切なものであったり、患者の体

調に合っていないのであれば、医師が指導し使用を止めされたり、日本病態情報医学会が審査した健康補助食品（フロメド®）に変更させたりする。フロメド®は継続利用追跡調査の対象となっているため、患者がどの食品を使用しているかを定期的に主治医に報告され、主治医は使用中の患者の体調変化を調査するといった仕組みをとっている。この調査のメリットとして、①粗悪な健康食品やそれによる健康被害から患者を守る、②患者が自己判断で健康食品を使用し、受診や服薬を中断してしまうことを防ぐ、③使用している健康食品を把握することで医療現場での混乱を防ぐ（例えば、検査値への影響を把握するなど）、④蓄積されたデータをエビデンスとして医療現場へフィードバックすることが挙げられる。

現在、500以上の医療機関が参加しているこの取り組みは、昨年の高血圧学会や種々の医系メディアでも取り上げられ、注目を集めているが、本来は効果の弱い健康補助食品も、医師の管理下に用いられることで患者の疾病予防意識を鼓舞し、臨床上、大きなメリットをもたらすことが明らかとなってきた。今後、日本臨床内科医会、日本臨床栄養協会、各地区医師会などの協力を得て、活動はさらに拡がることが期待されており、医師の管理下に用いられる健康補助食品は医療機関における予防医療ツールとして定着するのではないかと考えられる。



## 演題2：「機能性食品の臨床現場における可能性を探る」

座長：南條 輝久男 先生

和歌山県医師会内科医会 副会長

演者：福田 正博 先生

中間法人 大阪府内科医会 会長

中間法人 日本臨床内科医会 常任理事

ふくだ内科クリニック 院長

2007年に報告された日本糖尿病協会の調査では、糖尿病患者のうち現在治療を受けていない患者よりも治療中の患者のほうが健康補助食品やサプリメント（以下、健康補助食品等）を使用している割合が多い。大阪府内科医会でも患者調査を実施したところ、健康補助食品等の使用経験者及び現在使用中の患者の割合は6割にもなる。その使用理由は健康増進のためと回答した方が最も多く（50%）、次いで美容のため（26%）、血糖・

血圧の抑制のため（11%）となっている。また、使用を開始した「きっかけ」としては、テレビ・新聞などのマスメディアからの情報、若しくは知人からの口コミによる影響を受けたケースが多く、医師らからの情報提供や推奨されて使用開始した割合は僅か1%に過ぎない。健康補助食品等の使用者はその購入の際に、商品パッケージやインターネットからの情報、テレビ・コマーシャル、雑誌記事等を重要視し、医療関係者の意見を重要視している方が極端に少ないことが本年の経済産業省の速報からも分かる。

また、医師や医療従事者は受け持ちの患者が今現在、健康補助食品等を使用していることすら知らない場合が多い。大阪府内科医会が実施した通院中患者を対象としたアンケートでは、それらを摂取開始する際に「相談しなかった」と回答した患者が96%、現在利用中であるにもかかわらず「主治医が知らない」と回答した患者は84%であり、医師や医療従事者の知らないところで

摂取されている実態が浮き彫りになった。一方、医師に対するアンケートでは、6割の医師が健康補助食品等の相談を患者から受けた経験を持っていたことが分かった。しかしながら、医師の受けた相談内容から、医師が患者から相談を受けるのは健康食品を使用していてトラブルがあった場合にのみであり、約半数近くの医師は、患者が摂取していた健康食品が原因と思われる有害事象を経験していた。そのうち薬剤との併用によって起こったと考えられる症例が13%にもものぼるというアンケート結果もある。

こうした状況を鑑み、我々医師も患者の健康を考える上で健康補助食品等にも眼を向けなくてはいけないという考えに至り、大阪府内科医会では健康補助食品等の市販後臨床調査を実施している。国民生活センターの調査からも分かるように、国民は健康補助食品等に「安全性」を強く求めている。我々が実施している市販後臨床調査でも有用性のみならず医薬品との相互作用といった安全性に主眼をおいた調査を実施しており、7割以上の内科医会会員の先生方の賛同を得、二年程前から取り組んでいる。これまでに10品目を順次実施したが、睡眠の質を高めたいかた向けのアミノ酸食品（グリシン：目覚めが若干良くなるといわれる）に始まり、フォーミュラダイエット食、整腸作用が期待される乳酸菌飲料等の調査を行ってきた。また、患者からの相談の多い膝関節の痛みに対応したグルコサミン及びコンドロイチンを含む健康補助食品やコレステロールが高めの方を対象とした健康補助食品（スタチン同様の成分を含有）の有用性及び安全性を検証も行ってきた。その結果はそれぞれ日本臨床内科医会、大阪府医師会、糖尿病学会等で発表し、論文として日本臨床内科医会の会誌にも投稿している。

こうした調査に参加した医師からは、患者とのコミュニケーションが良くなったという意見が非常に多く寄せられている。医薬品だけでなく健康補助食品等に関しても患者が医師に気軽に相談できる環境があれば、治療を継続しながら適切な健康補助食品等を利用することが可能になる。患者の本音は、「今摂取しているものが自分に合っているものなのか」、「騙されているのではないか」という不安があり、服薬中の方にとっては、「薬との併用で問題がないか」という心配もある。我々医師は、患者が気軽に相談できる環境を提供していくべきだと考える。

全国的な取り組みとして、河盛 隆造先生（順天堂大学大学院 教授）は日本病態情報医学会を立ち上げられ、食品に眼を向けた調査研究活動を主体にした学会活動を行っている。この学会で審査し、薦めているフロメド®食品の中には、大阪府内科医会で市販後臨床調査を行ったものもある。例えば、「プログラミール」というフォーミュラダイエット食品は、試験期間の4週間で体重が約2.2 kg減少、腹囲は約3 cm減少したことに加え、血糖、血圧、脂質代謝の改善等のエビデンスを得ている。この結果への影響として、食品そのものの効果以外にダイエット食品を使用することをきっかけとした行動変容も有効に働いたことが、試験後のアンケート結果から伺えた。また、「紅麹」は天然由来のスタチン（ロバスタチン）で、50例の臨床試験（BMI 平均23.2 平均年齢59.5歳）において、総コレステロール値が20程度下がり、LDLコレステロールは20以上減少した。CPK及び肝機能の異常変動は無かった。「ビフィズスロンガム」は内科医会の市販後臨床調査では取り扱わなかったが、ビフィズス菌含有食品に一般に期待される整腸作用に加え、腸内細菌叢の改善を促すことで便中のアンモニア臭が減少するという興味深いエビデンスがあり、介護の現場などでも有効だったという意見もある。

日本病態情報医学会ではこの取り組みを通じて、患者から健康補助食品等に関する質問を受けた際に、医師やコメディカルが適切に対応できる環境づくりをサポートすることを目指している。患者が健康補助食品等の使用を希望する場合にはより安全で、エビデンスのある食品に関する情報提供を行い、患者が使用している間は継続的に簡易調査を実施し、薬剤との相互作用（安全性）や有用性について結果をデータベース化し、医療現場へそれら情報を還元することを推進していく。