

日本SOD研究会報

No.73

特集

米国の 統合医療



抗がん剤の痛み鍼で緩和

～進む西洋医学との融合～

照明を落とした部屋に、ゆったりとした癒しの音楽が流れる。

「吐き気はどう?」。マツサージ師のウエンディ・マイナーさん52は、ベッドに寝る患者の手足にオイルを塗りほぐしている。

3月中旬、ニューヨーク・マンハッタンのスローンケタリング記念がん病院の統合医療センター。先進的ながん治療で世界的に知られ、全米屈指のがん専門病院が、ヨガ、音楽療法などの補完代替医療(CAM)と西洋医学を組み合わせた「統合医療」を始めたのは99年のことだ。

大学で鍼と中国医学を学んだリリー・ザングさん(31)は、抗がん剤による吐き気

や手足の痛みなどを鍼でやわらげる。治療内容や結果はコンピュータを通して医師らも把握できる仕組みだ。

ゲリー・テング医師(39)は「西洋医学が効果的な患者に、CAMだけの治療は勧めない」と強調する。国が研究に力を入れ始め、患者の要望も多いことから導入した。

しかし治療効果が明らかでない現状では、症状をやわらげたり再発を防いだりするため、西洋医学と併せて使うべきだという。

「単なるCAMではない。安全で有効なCAMを従来の医療に組み合わせる統合医療なのです」

西洋医学か、CAMか。米国病院協会の調査では、何らかのCAMを採り入れている病院は26.7%で、近年は増加傾向にあるという。統合医療を望む患者も増えている。

シアトルで夫と2人の子とも暮らすジャニファー・ドワイヤーさん(42)もその1人。8年前、盲腸がんの手術をしたが、抗がん

剤による激しい吐き気に襲われた。見かねた妹が鍼治療を紹介、主治医にも勧められた。

ためらいはあった。「あのひどい思いはもう嫌」と試したところ、吐き気はなくなった。主治医の診察と同時に毎月、鍼治療を受け漢方薬も飲む。

育成の働きも広がっている。約130あるメディカルスクール(医科大学)の3分の2にCAM講座があり、学生は西洋医学と同時に学ぶ。

アリゾナ大学では95年から2年間の「統合医療プログラム」を開始し、すでに世界各国150人の医師や看護師が研修を終えた。ランディ・ホロウイツツ医師(46)は「西洋医学とCAMのどちらの肩を持つわけでもない。いいものなら採り入れるという姿勢です」と強調する。

代替医療に頼る患者が増えている。米国では多額の予算をかけて研究、西洋医学との融合を目指す「統合医療」も広がる。患者の戸惑いも含め、日本の数十年先と言われる米国の現状を見た。日本では

利用者最多はサプリメント

日本の医療機関では、CAMの使用に関して、患者に慎重な対応を求めるケースが一般的だ。癌(がん)研有明病院では患者から相談があった際、「治療効果が減弱する可能性もある」などして、患者に注意を促すパンフレットを配っている。CAMについて理解を示す医師は少

ないが、求める患者は増え、扱う病院も増えてきた。

東京医科大学・臨床プロテオームセンター客員助教授の蒲原聖可医師らが02年に患者三千二百二十三人を対象(有効回答率37.2%)に実施した調査によると、65.6%が過去1年間に何らかのCAMを利用していった。

利用していたのはサプリメント(42.6%)が最も多く、ついでマツサージ(31.2%)、リフレクソロジー(20.2%)などだった。

【統合医療】

鍼灸(しんきゅう)、サプリメント、心理療法などの補完代替医療(CAM)と西洋医学を融合させ、互いの利点を生かそうとする医療。米国立補完代替医療センターによると「従来一般的に利用されている医学からはずれた治療」という。日本では保険の対象となる漢方が米国ではCAMとされるなど、国により内容も異なる。

迫られる科学的効果証明

漢方・ハーブ: 予算急増
「検証法の開発も必要」

メリーランド州のベセスタ。いくつもの病院や研究所を抱える国立保健研究所(NIH)の120ヘクタールもの敷地の一角に、漢方、ヨガ、鍼灸などを研究する「本拠地」がある。

国立補完代替医療センター(NCCAM)。ジャック・キルン国際研究局長は「設立してからの最大の成果は、

西洋医学の医師との橋渡しができたこと」と振り返る。

NCCAMの設立は6年前。99年度約5千万ドル(約五十四億円)だった予算は増え続け、今年度は約一億二千万ドル(約百三十二億八千万円)にまでなった。5年で2倍以上予算を伸ばした研究機関は極めてまれだ。国民に急激に浸透した補完代替医療(CAM)を「いいもの」と「悪いもの」に振り分ける必要に迫られたからだ。

93年、ハーバード大の研究グループが発表した「国民の3分の1が過去1年間に1種類以上のCAMを利用して」という調査は大きな衝撃を与えた。97年の調査で利用者は4割を超え、ホワイトハウスに政策委員会ができるなど、CAMの調査研究は国家プロジェクトとなった。

効果のあるCAMはどうかやって見分けるのか。安全で有効、安全だが有効性が疑わしい、安全性は疑わしいが有効、安全でも有効でもない……。キルン局長は「科学的な証拠に基づく医療(EBM)かどうか最も重要。大学や研究機関と協力しながらどれにあてはまるか調べていく」と話す。

例えば、鍼治療は抗がん剤による吐き気解消に効果があることが明らかになった。

しかし、「前立腺がんに効く」といわれていたハーブには、効果がない。

うつ病に有効といわれたセントジョーンズワート(西洋オトギリ草)をエイズ治療薬と同時に使用すると、治療薬が効かなくなってしまうということなども分かった。

しかし、日本で「がんに効く」とささやかれるサメの軟骨について、キルン局長は「まだ研究途上で効果は分からない」。キノコの一種アガリクスに至っては「聞いたこともない」という。

現場でも手探りが続く。

ワシントン州のパスチャーユ大。敷地内には数千種のハーブや漢方薬になる草花が植えられた農園がある。

葉草を横目にギヤナディ・ラスキン医師(44)は、顔を曇らせた。「もちろんEBMは大切。しかし、漢方薬は組み合わせることで効果が出る。個々の効き目を調べただけでは、効果を証明できない場合もある」

同大では25年以上前から、ハーブ、鍼、ホメオパシー(病気の原因となる物質を薄めて投与する療法)などを組み合わせ、自然治癒力を高める治療に取り組む。

現在の研究テーマは、マツシユルームのエキスをエイズ治療に生かせないか、イチヨウの葉が認知症(痴呆症)予防に有効か、などが中心だ。

別の研究者も「伝統的な治療や個々人に応じた治療をするCAMの検証に、西洋医学の研究方法がすべ

て通用するわけではない。新たな手法そのものも、開発していかないとけない」と悩みを打ちあげた。

【国立補完代替医療センター】国民の関心の高まりを受け、米議会は92年、国立保健研究所(NIH)内に代替医療事務局の設立を決めた。目的は「CAMの調査研究」研究者・科学者のトレーニング#一般への啓発活動など。99年には補完代替医療センター(NCCAM)に格上げされ、大学や研究機関からの研究内容を審査し、研究費を割り当てる権限を持つようになった。

サプリメントブーム過熱

専門家ら「検証不十分な例も」トラブル急増

大音響のなか司会者にうながされ、ホール舞台に登場した医師を、熱狂的な歓声と拍手で迎える。彼の著書を掲げてサインを求め、観客に抱えつ、静まるのを待って医師はおもむるに叫んだ。

「ノーモア ハートディーズ! (心臓疾患をなくそう)」
そして、再び大歓声。

一昨年夏、ラスベガスで健康食品会社が開いたイベント。この医師と開発した「これさえ飲めば心臓病はなくなる」というサプリメントの宣伝だった。

しかし、このサプリメントは最近、「臨床実験が不十分」「根拠がない」と医療関係者から指摘を受けるようになった。

った。

「サプリメント大国」の米国では、無数の製品がドラッグストアの棚を埋め、テレビや雑誌で大々的にPRされる。サプリメントは臨床試験の義務づけもなく、「薬」としての承認も不要だ。

過熱するブームのなかで、米食品医薬品局(FDA)も規制に乗り出した。

昨年4月、ダイエットや運動能力向上の効果があるとされたエフェドラ成分の入ったサプリメントが発売禁止になった。大リーガーら約160人が死亡したといわれる。米国でのサプリメント販売禁止は初めてのケースだ。

補完代替医療(CAM)が広く受け入れられるにつれて、トラブルが急増している。

シアトルのダウンタウンで9年前から開業している鍼師のモニカ・レガットさん³⁴は専門学校で鍼を3年、漢方を2(年)学び、資格を得た。漢方薬の処方には患者一人ひとりに合わせて複数を混ぜる。だが、漢方薬は通信販売やチャイナタウンで購入することもできる。

「自分で勝手に選んでしまうと、効果がなかったり逆に具合が悪くなってしまう」

こんな男性も相談に来た。
頻尿に悩んでいたところ、「頻尿

は前立腺肥大が原因。このハーブを飲めばもう大丈夫」との広告を見て、さつそく購入。だが全くよくなるらない。レガットさんの診療所を訪れ、実際に悪いのは前立腺ではなく肝臓だと分かった。「漢方もハーブも専門家以外は販売できないようにするべきだと思ふ」

「あやしい商法」を見張ろうという動きも広がっている。

ペンシルバニア州の精神科医、ステファン・パレットさんは8年前にNPO「クワックウオッチ（インチキ医療見張り番）」を立ち上げた。医療関係者や物理学者、科学者ら数百人の協力を得て、インターネット上で新聞やテレビが報じないCAMの情報を流す。

毎日ホームページには、6千人からのアクセスがあり、質問のメールも約50通届く。

「カイロプラクティクに30〜40回通うよう契約させられたが、効果がないので解約したい」「ハーブのサプリメントを飲んでるが、一向によくならない」

カイロプラクティクが万病に効くわけではなく、ハーブ製品も品質保証がないものが多い、という。

パレットさんは訴える。「マスコミも国もネガティブな情報をもっときちんと公開すべきだ」

日本では

健康食品に絡む相談件数は急増

国民生活センターによると、健康食

品での「品質」「契約・解約」に関する相談は95年度、それぞれ千七百九十三件、四千七十二件だったが、03年度には三千五十二件、一万二千七百七件と大幅に増えている。多い相談は「飲んだら体中に湿疹ができた」「頭痛がして気分が悪い」「全く効果がない」「返品したいが、業者に応じてもらえない」などだという。

情報があふれる中、消費者に賢い選択をしてもらおうと厚生労働省と国立健康・栄養食品協会は昨年末、「健康食品の虚偽誇大広告にだまされない方法」をまとめた。！即効性、万能、最高のダイエット食品など過度の期待を思わせる書き方、「がんが治った」など治療に関する言及#「奇跡的な治療法」「秘密の成分」などと書かれている場合はまだ認められていない医療品を含んでいる可能性がある\$「驚くべき体験談」「医師などの専門家によるお墨付き」との記述がある、など9項目のケースをあげて注意するよう呼びかけている。

【サプリメント】

国立完補代替医療センターなどの調査では、18歳以上の約6割がサプリメントを利用。日本と異なり大半の人が民間保険に頼る米国では、医療への出費を抑えるため手軽なサプリメントを利用する人も多い。94年に臨床試験なしで販売や効能の表示を許可する栄養補助食品健康教育法が成立したことで利用が広がり、00年度の売り上げは約百八十億ドル（約1兆9千億円）に。

SOD様作用食品の開発

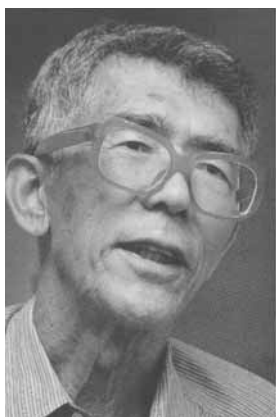
丹羽SOD様作用食品の開発者である丹羽耕三博士は、丹羽免疫研究所所長であり土佐清水病院院長として、毎日、医療の現場で、癌、アトピー、膠原病などの難病に苦しむ患者さん達の治療にあたられています。

丹羽博士は昭和37年に京都大学医学部を卒業され、医学博士を取得されました。その後、活性酸素とSODの研究を臨床家として国内はもちろん、世界的にも最も早くから手掛ければ、世界的権威として、広く海外に知られています。

SODなどの生体防御の研究論文が著名な英文国際医学雑誌に続けて発表され、その数は70編を越します。多忙な治療の傍ら、国際医学専門誌（Biochemical Pharmacology）への投稿論文の審査員もされています。国内では、ペーチェット病やリュマチ、アトピー性皮膚炎の治療・

研究に長年従事し、多くの難病の原因を活性酸素の異常から解明し、これらの難病の治療に関して、SOD様作用食品等の低分子抗酸化剤や抗癌剤を自然の植物・穀物より開発し、大きな治療効果を上げています。

私が開発した天然の抗酸化剤であるSOD様作用食品は、いま全国何十万人、何百万人という方々に健康食品として愛用されています。何百人という医師にも医療現場で難病の患者さんに使っていただき、優れた治療効果をあげています。



丹羽耕三博士

あしたも元気 (No.65)

緑黄色野菜のパワーを知ろう

緑黄色野菜について

人間の体は、毎日野菜を食べなくては正常に維持していくことができません。とくに緑黄色野菜は人間の体にとって、重要な役割があります。

それは何かというと、ビタミン、ミネラル、食物繊維の供給源としての働きがあるからです。

人間の体内ではビタミンやミネラルを作り出すことはほとんどできませんが、緑黄色野菜は自分でカロチンやビタミンCなどを合成することができません。

ミネラルは畑の土から吸収します。ビタミンやミネラルにはたくさんの種類がありそれぞれの役割がありますが、主たる働きは、体内で行われるいろいろな代謝の調節をするということです。

緑黄色野菜には、カロチン(ビタミンA)、ビタミンB1、ビタミンB2、カルシウム、カリウム、鉄などが多く含まれています。

カロチンは小腸の酵素の働きで体内に必要な分だけビタミンAに転換され吸収される。

食物繊維の役割は、便秘の予防や大腸がんの予防、コレステロール低下作用、血圧上昇抑制効果、糖尿病の予防などがあります。

緑黄色野菜の色素

トマトやニンジンなどの鮮やかな色にはリコピンやカロテノイドという色素があります。

体のサビを抑える働きがあり、発ガン物質を抑制する働きがあります。

さつまいもやブルーベリーなどの紫色は、アントシアニンという色素があります。抗酸化作用や老化防止、肝機能の改善によいとされています。

ほうれん草やあしたば、ケールなどの緑色は、クロロフィルという色素があります。

発ガン物質を抑制する働きがあり、便通を整える、抗菌作用、抗酸化作用があります。

抗酸化物質

人間の体は加齢やストレス、喫煙、排気ガス、紫外線などにより「活性酸素」が過剰に発生し、細胞を傷つけ酸化してしまうことによって老化や生活習慣病など様々な症状を引き起こしてしまいます。

緑黄色野菜には「SOD」という抗酸化成分が含まれているので普段の食事から積極的に取り入れていきたいものです。

しかしどうしても現代人に野菜は不足がち...

「SOD様作用食品」は抗酸化作用の強い食品ですので、日常的に取り入れて、健康を維持していきましょう。

おなじみの緑黄色野菜

ニンジン... ニンジンの主成分「カロチン」は、体内で必要に応じてビタミンAに変換される。

粘膜を補強し免疫力を高める働き。ガン予防。

トマト... 赤い色素「リコピン」に抗酸化作用がある。ガン細胞抑制効果があるとされる。悪玉コレステロールの低下作用。カリウムも含まれ、体内のナトリウムと結合しナトリウムを排泄されるので高血圧予防の働きもある。

ブドウ... レモンの約2倍のビタミンCが含まれているので美肌によい。

ビタミンB1やB2、カリウム、なども豊富に含まれている。

胆汁の分泌を促して肝機能を活発にする働き。がん予防。老化防止。

春菊... 緑黄色野菜の中でも春菊は抗ガン作用がある代表的な野菜。カロチン、ビタミンCが豊富に含まれていて発ガン性物質を分解する働き、抵抗力を高める働き。

ほうれん草... 緑黄色野菜の王様といえはほうれん草。ヘモグロビンの主成分となる鉄分と、体内で鉄の吸収を助けるビタミンCを豊富に含んでいるので貧血防止によい。

さつまいも... さつまいものビタミンCはデンプンに包まれているので加熱しても壊れにくいのが特徴。またアントシアニンを含み、抗酸化力、老化防止などによい。

【栄養士高橋広海】

丹羽博士の著書

丹羽博士の、一般向けの著書の一部を紹介いたします。活性酸素と病気、SODについて、平易に書かれています。

- 「安心の医療・本当の健康」(みき書房(株))
- 「クスリで病気は治らない」(みき書房(株))
- 「白血病の息子が教えてくれた医者的心」(草思社(株))
- 「活性酸素で死なないための食医学」(廣済堂(株))
- 「正しい『アトピー』の知識」(廣済堂(株))
- 「天然SOD製剤がガン治療に革命を起こす」(廣済堂(株))
- 「医は仁術なり」(致知出版(株))
- 「SOD様作用食品の効果」(小冊子)リーフレット全20巻



SOD関連出版物一覧

バックナンバーについて

日本SOD研究会では、これまでに発行した「会報」のバックナンバーを用意しています。様々な疾患と活性酸素の関係について掲載しています。

ご希望の方は、最寄りの取扱店または、日本SOD研究会

(〇四九 二五五 八七二八・FAX兼用)

までご連絡ください。