

高崎聖子改め高橋しょう子

カラー研究

「四畳半襖の下張」「愛のコリーダ」ほか
「エロスVS.権力」の時代

週刊現

迷いに迷ったのは理由があった

衆参ダブル選 安倍が見た「事前調査」の数字

「寝たきり」
「重病」
「歩けない」

6月11日
Weekly Gendai
2016 June
定価430円

富田真由さん・20歳

「人気地下アイドル」ストーリーカー刺傷事件 警察の大失態！

まもなくやってくる大地震
あなたの老親「どう守るか」
弱い者から死んでいく 起きてからでは何もできません

悲願のVへ「広島カープ」黒田博樹と新井貴浩の「約束」
芸能界追放？『あまちゃん』能年玲奈が可哀想すぎる
スクープ「ゴールドマン・サックスに
「内定取り消し」された国立大卒元AV嬢の嘆き

高血圧のデイオバン 糖尿病のアクトス コレステロールのクレストール
認知症のアリセプト 脳卒中のプラビックスほか

飲み続けてはいけけない薬

ダメされるな！



伊佐山ひろ子 秘蔵ヘアヌードを発掘
100cmカップ 柳瀬早紀「やなパイ」全角度撮り下ろし
女性があのととき、60歳からの「耳でするSEX」
目より耳を大事にするから
女性が全身で求める「Hな音」女性をトロカす「魔法の音響」
「女性の声」に耳をすませば 男なら、愛する女性を絶叫させたい
女性が「女性の声」に耳をすませば 男なら、愛する女性を絶叫させたい

スクープ袋とじ たかしょー 元日テレジェニック2015 高崎聖子改め高橋しょう子 今世紀最高のヘアヌード 正真正銘トップアイドル

医者に出 飲み続 いけない

されても けては 薬



高血圧のディオバン
糖尿病のアクトス
コレステロールの Crestor
認知症のアリセプト
脳卒中のプラビックス
頭痛のロキソニン ほか

言いなりになっていたら

寿命が縮みます

の薬が本当に効いているのか、逆に副作用がないのかをよく見極めて処方されているケースは意外に少ない。岡田氏が続ける。

「ディオバンに限らず、ARB（アンジオテンシンII受容体拮抗薬）と呼ばれる血圧を下げる薬は薬価も高く、処方されている量も多い。14年度の医療用医薬品国内売上高ランキングを見ると、売上高トップ10のうち3つもARBが入っています。しかし、これらの薬が本当に必要かどうか、大いに疑問です」

ちなみに売上高の多い降圧剤とは、プロプレス（武田薬品、94.6億円、14年度以下同）、オルメテック（第一三共、76.3億円）、ミカルデイス（アステラス製薬、61.2億円）の3種。このうち、いくつかを服用したことのある人も多いだろう。

「高血圧の薬は歴史も古く、たびたび大規模な調

「13年に代表的な降圧剤であるディオバンに、論文の不正問題が発覚して、大騒ぎになりました。ノバルティスファーマ社の社員が統計データの解析に不正に関わっていた問題も明るみに出た。その影響で一時期、処方されるものが少なくなりましたが、最近になってまたよく使われるようになっていきます」

こう語るのは新潟大学名誉教授の岡田正彦氏。中高年になると、血圧の薬を毎日飲んでいる人も多いだろう。だが、そ

ふだん何気なく飲み続けている薬。メジヤーなものだから安全だと思っけていても、長年飲んでいると思わぬ副作用が起こることもある。医者に言われるままの安易な服用はやめて、薬の飲み方を見直そう。

新しい薬には
限らない

飲み続けてはいけない薬リスト ①

病名・症状	薬名	飲み続けられない理由
脳卒中	プラビックス	脳梗塞や心筋梗塞の再発防止に使われる生活習慣病薬の代表選手だが「実は脳梗塞の予防効果ははっきりしてない。薬価が高いだけ無駄な医療費がかかっている」(岡田氏)
高血圧① (ARB)	プロプレス オルメテック ミカルディス ディオバン アジルバイル ベタン	アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬(ARB)と呼ばれる降圧剤はいずれも大手製薬会社の稼ぎ頭。しかし「研究不正や利益相反の問題のあったディオバン事件に象徴されるように、その効果がこれまで使われていた安価な薬より特別優れているかどうかは疑問符がつく」(岡田氏)。「手っ取り早く血圧を下げたいのであれば、まずは薬価の安いカルシウム拮抗剤を飲んだほうがいい」(佐藤氏)
高血圧② (ARB+利尿薬)	ミコンビ プレミネント コディオ	「利尿作用が効きすぎて脱水状態になれば急に腎臓が傷害されることがある。また食事をとらずに水分のみ摂取していると低ナトリウム血症を起こし、意識障害・痙攣などの危険がある」(東京高輪病院院長・木村健二郎氏)
高脂血症・高コレステロール血症	クレストール リピートル リパロ メバロチン リボバス	「コレステロール値が220を超えると薬を出す医師がいるが、男性は254、女性なら273からで充分」(田辺氏)。「スタチン系の薬を飲んでいる高齢者は、善玉コレステロールまで減って、床ずれがひどくなるケースがある」(かもめメディカルケアセンター施設長・藤井昭夫氏)。「クレストールは腎不全になる可能性もある」(佐藤氏)
糖尿病	ジャヌビア エクア アクトス	「何としても血糖値を下げようとして、何種類も糖尿病薬を飲むのは危険。厳格な血糖値コントロールは死亡率を高める可能性も」(深井氏)「心臓に問題がある人がアクトスを服用すると心不全になる可能性がある」(佐藤氏)
認知症	アリセプト メモリー	アリセプトは患者が暴力的になるケースがある。「メモリーは半年くらいの間なら認知機能の低下を遅らせる効果があるが、長期的な使用による効果は否定的」(岡田氏)
うつ病・統合失調症	ジプレキサ パキシル セロクエル デプロメール ルボックス	ジプレキサは抗精神病薬としては売り上げトップ(599億円、2014年度)だが、糖尿病のある人、またはそのリスクの高い人は使用できない。また高用量を使うと「手の震えやこわばり、立ちくらみといった副作用もある」(藤井氏)。パキシルなどSSRI系の抗うつ剤は脳内物質のセロトニンを増やす薬で、服用には十分注意が必要だ。
不眠症	ジアゼパム エチゾラム ハルシオン マイスリー	「よく使われるジアゼパムは、服用した翌日に歩行不調になり、転倒する危険性がある。また習慣性があり、一度使うとやめられなくなるし、夜に暴れる譫妄状態になることもあるので注意」(藤井氏)。エチゾラムやマイスリーも同様で、「朝まで効果が残るため、ボートとして転倒してしまうことがある。使い方が非常に難しい薬です」(上氏)

に使用すると、心不全を起すことがあるので気を使います」

高脂血症の原因になるコレステロールはどうなる？ 現在、「スタチン系」と呼ばれる薬が処方されることが多いが、この薬の効果のほどは「かなり怪しい」と、小野沢滋・前北里大学病院トータルサポートセンター長は語る。

「このままでは将来心筋梗塞になるかもしれない」と患者の不安を煽り、定期的な外来受診と食事制限を行い、スタチン系の薬を処方する。しかし、これらの薬は飲む必要がなく、費用対効果も悪い。合併症がなければ、薬を飲む方が飲まない方が、高脂血症のリスクはまったく変わりません」

前出の佐藤氏もスタチン系のクレストールは「横紋筋融解症を起すことがある」と警鐘を鳴らす。

「薬を飲み始めてから、

医者と病院にたまされる! 医者に出されても 飲み続けてはいけない薬

査が行われ、論文も多い。しかしわかっていることは、わずかに寿命を延ばすほど効果があると認められるのは、サイアザイド系利尿剤という古いタイプの降圧剤だけだということ。つまりARB、Bなど最新の降圧剤は薬価が高いだけで、古くからある薬より寿命を延ばす効果も少ないのです。私自身、医師としてはサイアザイド系を主に処方しています。しかし、このような古くて安い薬ばかり処方されては、製薬会社は赤字になってしまふ。ですから、そういう古い薬は一切、宣伝されませんし、オーバーに言えば「この薬は使わない」という無言の圧力がある。ARBをサイアザイドに切り替えるだけで寿命は延びるし、薬代も下がるので、いいことづくめなのですが……」(岡田氏)

ARBに限らず、そもそも少し血圧が高いからといって、降圧剤を飲む

必要はない。「血圧が上がると脳出血の恐れがあります。逆にながりますと今度は血管が詰まって、脳梗塞になる。また、めまいが起こって失神する危険性もあります」(岡田氏)

長尾クリニック院長の長尾和宏氏も、安易な降圧剤の使用に反対だ。「降圧剤は副作用がない

日本一売れる薬の効果は?

寿命が延びる証拠があるわけでもないのに、新しく高い薬が次々と出て、医者も当たり前のようにならざるを得ない。このような患者無視の投薬があたりまえになってしまふのは、構造的な問題がある。

現在、売れているARBが発売される前、高血圧の治療で主に使われていたのはACE阻害薬というタイプの薬だった。しかし、ACE阻害薬の

と言われていますが、血圧を下げるということは生命力を下げるということ。仕事や生活の意欲が低下したり、性欲が減退したりするなど、生活の質に関わることもありま。薬を飲み続けていると、血圧は下がったけれど、うつ病のようになってしまったという人もいます。これでは逆に寿命を縮めてしまいます」

特許切れが近づき、大きな利益が得られなくなつた製薬会社は、次のドル箱としてARBを開発し、それが「新しく、安全で、効果が高い薬である」という大キャンペーンを行った。その結果、医療界では、ARBが降圧剤治療のスタンダードとなったのだ。

生活習慣に関わる病気の薬は、製薬業界にとって大きなビジネスになるので、多かれ少なかれ似

たような構造的な問題が生じてくる。

現在、日本で一番売れている薬。それがプラビックスだ。抗血栓薬で、血液サラサラにする効果があり、心筋梗塞や脳梗塞の再発予防に使われている。前出の岡田氏が解説する。

「心筋梗塞のステント治療(血管に金属を入れて広げる治療)の後に、この薬を飲むと再発が大幅に防げるといわれています。しかし、脳梗塞の予防効果は、実はきちんと確認されていません。血液サラサラというのが患者さんに受けているのでしよう。脳出血など副作用の心配があり、薬価が高いのも問題です。私はどうしても必要な患者さんにだけ、アスピリンかジェネリックのシロスタゾールを処方しています」

糖尿病の薬も長期間、服用することが多いので要注意だ。薬剤師の深井

良祐氏が語る。「糖尿病については、血糖値を下げたほうがいいというのにはゆるぎない事実。しかし、薬を使つて無理矢理下げようとする、低血糖の症状が出てかえつて危険な場合もあります。厳格に血糖値をコントロールしすぎて、逆に死亡率が高くなったという研究報告もあります。ジャヌビア、エクア、アマリールなどがメジャーな薬ですが、処方されたからといって、同時に何種類も飲むのはやめたほうがいい」

若い患者の場合は、低血糖になると手が震えたり、動悸がしたりするが、高齢者の低血糖は症状が出にくい。低血糖は心筋梗塞を起す危険もあるので、注意したい。

ナビタスクリニックスの佐藤智彦氏は、糖尿病薬としてはアクトスが「とくに使いづらい危険な薬」だという。

「心臓に問題のある患者

飲み続けてはいけない薬リスト ②

病名・症状	薬名	飲み続けられない理由
インフルエンザ	タミフル リレンザ	「タミフルなどの効果は1日早く熱が引くだけ。副作用を考えると、どうしても熱を下げなければならないとき以外は不要。日本人はタミフルを使用しすぎだ」(岡田氏)
感染症① (鎮痛解熱剤)	ロキソニン ボルタレン ポンタール	「熱が出たからといって、左記を始めとする非ステロイド系鎮痛解熱剤は使用しないほうがいい。一時的に熱は下がるが、ウイルスや細菌を殺すわけではなく、体の免疫力を抑えているので、感染症が重症化し、死亡率が高まる」(浜氏)。「ロキソニンは飲み続けると胃潰瘍になる」(岡田氏)
感染症② (抗生物質)	フロモックス メイアクト クラリス	「フロモックスやメイアクトといった抗生物質は口から飲んでも効果がなく、耐性菌を増やすだけです。クラリスもピロリ菌除去など限定されたとき以外は有害性が利益よりも大きい」(神戸大学医学部・岩田健太郎教授)
花粉症	ケナコルト	「1回の注射で症状が止まるので、希望する患者が多いが、副作用が非常に強い。副腎から出るステロイドホルモンが止まり、様々な病気にかかりやすくなる」(江田証医師)
アレルギー性 鼻炎・アトピー	セレスタミン	「セレスタミンはステロイドが入っていることを意識しない医者がたまにいますので、注意が必要」(浜氏)。「糖尿病患者は血糖値が上がるので飲んではいけません」(辛氏)
偏頭痛	イミグラン	「イミグランに代表されるトリプタン製剤は頭痛薬としてよく使われ、確かに痛みは軽減するが、長期間使い続けると薬物乱用頭痛が起こることがある」(深井氏)
前立腺肥大	アボルブ	「男性ホルモンの作用を抑えて前立腺肥大の症状を軽くする薬剤だが、女性ホルモンを増やし、悪性度の高い前立腺がんをはじめとがんを誘発する恐れがある」(浜氏)
脱毛症(はげ)	ザガーロ プロペシア	「男性ホルモンの作用を抑えるアボルブの成分が、男性型脱毛剤として許可されています。しかし発がんの危険を覚悟してまで「はげ薬」を飲む必要はないだろう」(浜氏)
下痢・嘔吐	ロペミン ナウゼリン プリンペラン	ロペミンは下痢止め、ナウゼリンやプリンペランは吐き気止めの薬。「下痢や吐き気は、そもそも体内の毒素を外に排出しようとする動きがある。吐き気を誘発する抗がん剤などを服用する際に飲むのはしかたないが、食中毒などのときに無理やり薬で止めてしまうのは、回復を遅らせたり、症状を悪化させたりして逆効果になる」(深井氏)
胃酸過多	ネキシウム タケブロン	「PPI系の胃の薬は人気があり、医者も気軽に処方しがちだが、1年以上服用すると骨粗鬆症になる。3年飲むと骨折する割合が5割増しという調査もある」(岡田氏)
便秘	プルゼニド	「プルゼニドは長期服用で耐性があり、使い続けていると腸機能が弱ってくる。腸が伸びっぱなしでだらんとしたゴムのような状態になり便秘が悪化することも」(深井氏)

「飲み続けてはいけない薬リスト」の続き。この薬にも重大な副作用があるという。「頭痛持ちの人が痛み止めとして日常的に使用している場合が多いのですが、効き目がシャープな分、胃の粘膜も荒らしや

医師と病院にダメされるな! 医者に出されても 飲み続けてはいけない薬

だるい、筋肉痛があるという場合は要注意です。横紋筋が融解し、筋細胞中の成分が血中に流出すると、腎不全を発症し、死に至る場合もあります。高年齢が進むにつれて爆発的に使用量が増えていくのが認知症薬だ。現在、最も多く使用されている認知症薬はアリセプトだが、この薬は処方さ

せる危険性もあります。アリセプトの副作用としてよく指摘されるのは、患者が興奮状態になって、暴言を吐いたり、暴力的になったりするということだ。とりわけすでに怒りっぽい症状が出ている認知症患者に、過剰投与すると手が付けられないほど暴れることがある。ならば投与量を調整すればよさそうなものだが、そうもいかない。アリセプトは用量の規定があり、最初は3mg、1〜2週間後に5mg、さらに病状の進行に合わせて10mgにすると決められている。医師の判断で用量を変化させると、薬のレセプト(診療報酬明細書)審査が通らず、病院は健保組合から医療費の支払いを受けられない仕組みになっているのだ。「こういう増量規定のある薬は珍しい。しかし、患者の様子を見て投与量を調整することで、暴力的になることを抑えるこ

とができるのは事実です。厚生省はただちにこの規定を改善すべきでしょう」(河野氏) このように、医師が適

新しい薬が新しい病気を作る

うつ病は「心の風邪」といわれるほど一般的な病気になったが、患者の増加はSRIという新しい抗うつ剤が生まれた90年代に重なる。医療ジャーナリストの田辺功氏が語る。

「海外でも日本でも、SRIが出てからうつ病患者が2倍、3倍と増えていった。現代社会はなにかとストレスが多く、気が滅入ることもある。そこで精神科に向くと、「心の風邪です」と言われてSRIを処方される。パキシル、デプロメール、ルボックスなどが代表的な薬ですが、これらはセロトニンという脳内物質に関わる薬で、脳内の環境を変え

医者に出されても

飲み続けてはいけない薬

すい。空きっ腹に飲んだりすると、胃潰瘍になったり、腎臓を傷めたりします。吐血したり、血の混じった黒い便が出たりして病院に駆け込んで、初めて薬の飲みすぎだとわかったというケースはよくあります」（佐藤氏）

そのロキソニン、今年3月には、厚生労働省が「重大な副作用」の項目に「小腸・大腸の狭窄・閉塞」を追加するように改訂指示を出した。軽い気持ちで痛み止めを飲み続けていたら腸閉塞になる——病院で処方されたからといって、安易に薬を飲んでいては思わぬ副作用を招くことになる可能性があるのだ。前出の田辺氏が語る。

「誰も注意してこなかっただけで、これまでに頭痛持ちの人が腸閉塞で死亡した例もあったかもしれません。因果関係がわからなかったから問題にならないだけで、そのような可能性は無きに

しもあらずなのです」

ポピュラーな薬であればあるほど、医師や病院は安易に処方しやすい。「一般的な薬だから、これさえ出しておけば安心だろう」と飲み方の注意

「はげ薬」でがんになる？

アレルギー性鼻炎やアトピーでしばしば処方されるセレスタミンも注意が必要だ。これは抗ヒスタミン剤とステロイドの合剤だが、「医師が単なる抗ヒスタミン剤だと勘違いして処方することがある」（浜氏）という。

「実は長時間作用型ステロイドのリンデロンが入っており、副腎の働きを抑えてしまう。半年、1年と長期間使って薬をやめると、自前のステロイドホルモンが出なくなっているために、禁断症状として血圧が下がってショック状態になることがあります」（浜氏）

また、糖尿病の患者が

や副作用について十分な説明をしないまま出してしまふケースが多いのだ。だが、そのような薬を何も考えずに飲み続けていると寿命を縮めることになる。

セレスタミンを使用すると「ステロイドの影響で血糖値が300、400と急上昇することがある」（辛氏）ので要注意だ。

胃の調子が悪いからといって、恒常的にPPIと呼ばれる胃酸を抑える薬を飲んではいけない。「ネキシウムやタケプロンが代表的な薬ですが、確かにこれは胃が痛いとか胸のあたりがチリチリするという患者さんにはよく効くので、出してくれと言われることが多い。医師も再発防止にもなると思つて処方する。しかし、長期間飲むと骨粗鬆症が進行して骨折しやすくなるという海外の



13年、ディオバン問題で会見する厚労省担当者

調査研究があります。予想外の副作用があるのので、服用は短期間（2〜3ヵ月）にしておいたほうがいい」（岡田氏）

前立腺肥大の症状改善に用いられるアボルブは、男性ホルモンの作用を弱める薬剤。しかし「インターネット上では前立腺がんを少なくするなどという情報が飛び交っているが、実は悪性度の高いがんが逆に増える」と前出の浜氏は忠告する。「これは特に男性にとつて発癌作用のある女性ホ

ルモンが増えることと関係があります」

アボルブと同じ成分がザガーロという名で、また似た成分がプロペシアという名で、男性型脱毛症に使用が許可されているが、「その効果はザガーロで10%ほど頭髪が増えるという程度」（浜氏）。

はげを気にして、がんになつては元も子もない。このように何千種類もの薬が氾濫している現在、医者や病院がすべての薬の副作用や危険性を把握しているとは限らない。病院が医療費の点数がつくからといって何も考えずに処方した薬を飲み続けることで、寿命を縮めることだってある。

まずは自分のお薬手帳を見て、なんとなく安易に飲み続けている薬がないか確かめよう。そのうえで、信頼できる医者と相談しながら、飲み続けるべき薬、やめてもいい薬を仕分けする——それが健康への第一歩だ。