

100人の医者が答 えました

たとえ時の権威が認めずとも、後世の人々は本誌の価値を認めてくれるはずだ。内心「薬漬け」「手術三昧」に疑念を抱いていた医者たちが、患者の熱い訴えに応え始めた。

第二部

歴史が変わった!

週刊現代のおかげで

医者が「やめた薬

やらなくなつた手術



週刊現代を
医者に見せる
患者が急増中

関西に住む70代の男性から、本誌にこんな手紙が届いた。

「私は6年前に脳梗塞を発症し、それ以来、高脂血症薬のクレストールを飲み続けていました。しかし、飲み始めて1年くらいすると、舌や口の中が痛むようになった。食欲も落ち、口腔外科や耳鼻咽喉科に行ったのですが、『どこにも異常はない』と言われるばかりでした。

そんな中、7月に週刊現代の記事でクレストールのことを読みました。現代の記事でクレストールのことを読みました。

『唇や口の粘膜に障害が出る人もいる』ということだったので、私は雑誌を持って、かかりつけ医に相談してみました。幸い、かかりつけ医は『じゃあ、いつたん止めてみよう』と言つてくれました。すると、飲むのを止

めでまもなく1カ月になりますが、ウソのように痛みが消えたんです』

他の医者にも口の痛みを訴え続けたが、取り合ってくれなかつた。『薬の影響かもしれない』と指摘してくれる医者は一人もいませんでした。あげくの果てに、ワイパックスという精神安定剤を処方されたこともあります」というから、ひどい話だ。これまで9週にわたつて、本誌は薬と手術にひそむ知られざるリスクを詳報してきた。どのマスコミも報じなかつた、医療の「タブー」を知った患者が病院に殺到し、医療現場が着実に変わりつつある。患者の要望に応じて不要な薬を減らしたり、デメリットの大きな手術を取り止める医者が始めたのだ。

千葉県に住む70代の男性も、こう語つた。
「私は今年に入つて、高脂血症薬のリバロを飲ん

週刊現代を読んで医者がやめた薬・やらなくなつた手術

病名	薬・手術の種類	解説
高脂血症	クレストール、リバロ (スタチン系薬)	口内炎や胃炎などのほか、稀ではあるが、横紋筋融解症という筋肉が溶け出す副作用が出る場合がある。「リバロを飲んでいてふくらはぎが痛くなり、マッサージに行っても治らない。主治医に薬を止めてもらったら治った」(70代男性)。筋肉痛がサイン
高血圧	ラシックス (利尿剤)	血圧を下げるため使われる利尿薬にはサイアザイド系、ループ利尿薬などがある。ループ利尿薬のラシックスは飲んでいる人が多く、医師への相談も多い。「尿で体外に水分を排出するので、汗をかく夏場は脱水症状に注意が必要」(大学病院勤務の内科医)
	ノルバスク、アダラート (カルシウム拮抗薬)	血管壁の細胞に作用し、血管そのものを押し広げることで血圧を下げる薬。目まいなどの副作用を起こし、医師に減薬を訴える人が少なくない。「効果が確実で当初は画期的な薬だったが、効き目が長時間続くので血圧が下がりすぎることも」(内科開業医)
	プロプラノロール (βブロッカー)	降圧のほか狭心症や不整脈の治療にも使われる。交感神経に作用し、心臓自体のはたらきを抑え血圧を下げる。糖尿病患者や高齢者には使うべきでないとされる薬だが、実際には処方されて飲んでしまい、動悸や息苦しさ、低血糖などの副作用が出る人もいる
糖尿病	インスリン	高齢者が血糖値を薬で無理に下げる必要はないが、医師・患者ともに「死ぬまでインスリン注射を打つのが当然」と思い込んでいる人がほとんど。「活動量も食事量も減ってくれれば、むしろ低血糖などのリスクを考慮すべき」(前出・大学病院勤務の内科医)
認知症	アリセプト	下痢や怒りっぽくなるなどの副作用が多数報告されており、「困っている」「実は、副作用が怖くてちゃんと飲ませていない」という家族も数多い。学会はこれまで「徐々に服用量を増やしなさい」というガイドラインを設けていたが、6月に撤廃された
風邪などの感染症	クラリス、オラセフなど (抗生物質)	風邪などで医者にかかったとき、「とりあえず」の薬として処方されることが多いが、「実は風邪などのウイルスには何の効果もなく、ただの気休め。飲む必要はない」(前出・内科開業医)。体内で、薬に強い「耐性菌」が作られてしまうというデメリットもある
リウマチなど	人工関節置換術	読者から「手術を受けて後悔している」、また「週刊現代を読んで手術を受けるのを取り止めた」という声が多く寄せられているのが人工関節。実は耐用年数が20年前後と言われており、緩みやズレなどの不具合が出たら再手術をして取り換えるしかない
前立腺がん	腹腔鏡による全摘術	腹腔鏡による全摘出を勧める医師が多いが、海外では、がんの成長がなければ切らずに様子を見るのが常識。「週刊現代で『10年生存率が90%以上』と読んだことも手術を止めた理由の一つ」(70代男性)。針を使った事前の生体検査で大出血するケースもある
女性特有の病気	子宮全摘術	子宮や卵巢などの病気では、医師は何かと全摘出をすすめがちだが、これらを失うことは女性としての尊厳にもかかわるので迷う人が多い。「『全摘出しましょう』と言われて納得がいかなかった」(60代女性)。手術後、ホルモンバランスが崩れるケースも少なくない

でいたのですが、4月ごろから両足のふくらはぎが痛くなり、歩くのもままならない日があつて、整形外科とマッサージに通うようになりました。それがこの前、週刊現代の記事で『リバロを飲んでから突然太ももや首などが痛み出した。横紋筋融解症と判明』というのを見つけ、怖くなつて服用の中止をかかりつけ医に訴えました。飲むのを止めしばらくすると、痛みは消えました』

すぐ、腎不全のリスクがある』『尿漏れや勃起不能になるおそれもある』と書かれていて、やはり投薬治療を勧めていた。それで決心がつき、『手術は受けません』ときつぱり言いに行きました』
かねて、医者に言われるがまま手術を受けることに疑問を抱いていた患者からも、「週刊現代を読んで、やはり自分は正しかったのだと思った」と安堵する声が届いている。北海道に住む60代女性が、本誌にこのようないメールを送つてくれた。

「昨年、子宮からの不正出血で産婦人科にかかりたところ『原因が分からぬ。がんかもしれない』から、札幌のがんセンターに行きなさい」と言わされたので、紹介状を書いてもらいました。

それが、がんセンターの医者は、検査を終えるやいなや『出血の原因はやっぱり分がらないが、がんである確率も低くは

ない。念のため、子宮と卵管、卵巣を全摘出したほうがいい』と言い出したのです。私は納得がいかず、答えを保留しました。女性はその後、手術を断り、お腹を冷やさないようにするなどの治療法を自分で試してみたという。すると、『2週間くらい経つころから徐々に出血が減り始め、1ヵ月後、完全に

人間関節はもうやめた

止まつたのです。
私が受診したがんセンターの医者は、笑みを浮かべながら『全摘出しました。週刊現代にも私と同じような方の体験が紹介されていて、『医者の言い分を何でも鵜呑みにしていたら、とんでもないことになるんだな』と実感しました』

う伝えました」世の中のすべての医師が、手術後の生活のことや、患者ひとりひとりの気持ちまで親身に考えてくれるわけではない。外科医の中には、本音では「とにかく手術をしたいい」、「それが自分の実績になる」と考えている者さえいるのだ。

薬に関しては、仲のいい製薬会社の担当者から勧められ、大量の薬を処方している医者は珍しくない。だが本誌の問題提起で、「できれば減らしてほうがいい薬」や「見直したほうがいい薬」について、だんだんと認知されてきた。大学病院に勤務する内科医が言う。

「降圧剤については、週刊現代を持ちこんで『飲みすぎはよくないと書いてあるのですが、減らせますか』と聞く患者さんが増えました。いいことです。患者さんは皆、『降圧剤は一度飲み始めたら

らない」と思い込んでいますが、血压が安定していれば、様子を見ながら減らすべきなのです。

特に夏場に注意しなければいけないのが、利尿剤とよばれる種類の降圧剤です。体の水分を尿として外に出すため、脱水症状を起こすおそれがある。同じく降圧剤のカルシウム拮抗薬も、目まいを起こす人がいます。こうした副作用を抑えるための薬が増え、すると胃が痛くなつて胃薬をもらう……と、どんどん薬が増えていつてしまふ

他にも、本誌を読んだ患者の訴えで、「医者が「出すのをやめた薬」は枚挙に暇がない。詳しくは、上の一覧表を参照してほしい。

認知症でも、代表的な薬アリセプトには「徐々に服用する量を増やしていく」という理不尽な規定がついてこの前まで存在したが、折しもこの6月に撤廃された。規定撤廃

薬アリセプトには「徐々に服用する量を増やしていく」という理不尽な規定がついこの前まで存在したが、折しもこの6月に撤廃された。規定撤廃

他にも、本誌を読んだ
患者の訴えで、医者が「出
すのをやめた薬」は枚挙
に暇がない。詳しくは、
上の一覧表を参照してほ
しい。

大型企画満載 次号は8月19日(金曜日)発売です

「陰く」

100人の医者が答えました 飲み続けてはいけない薬」「やつてはいけない手術」 第二部

のはたまきかけを行つて
きた、長尾クリニック院
長の長尾和宏氏が言う。
「アリセプトなどの抗認

知症薬には、吐き気や食
欲不振、服用者が興奮し
て暴れるなどの副作用が
あります。多くの医師
は「怖い薬ではない」と

いう認識。なかには「き
わめて安全な薬」「暴れ
るのは元気が出でいいこ
と」と言う専門家もいる。
これで本当に患者さん
の

ための認知症医療と言え
るのでしようか」
タブーに斬り込むこと
には反発が伴う。しかし
確実に、時代は変わり始
めた。ときには患者の側

から、「本当にこの薬を
飲み続けるべきか」「本
当に手術を受けなければ
治らないのか」を医師に
問い合わせてみるべきだ。
心ある医師なら、必ずや
耳を傾けるはずである。

「北欧、デンマークから 来的世界的先進国」と 「ムダな手術」と「ムダな薬」

風邪に薬は出さない

「クリニックに行くと、広い診療室に案内され、医師が握手をして迎えてくれます。日本の病院のようにカーテンの仕切りなどではなく、完全な個室なのでプライバシーも保たれますし、親密な雰囲気で医師と信頼関係が築きやすかったですね」

デンマークの首都コペンハーゲンに住む日本人、鈴木優美さんは初めてデンマークの病院を訪れたときの印象をこう話す。「日本とデンマークの医療は制度の面でも意識の面でもまったく違います。患者には必ず『かかりつけ医』がいて、診ても

らうには予約が必須です。日本のようにアポなしで大病院を訪れるということはまずありません。インターネットでかかりつけ医の空いている時間を調べて、予約を入れてから出かけます。一人当たりの診療時間は15分ほどです。受診の際の主な症状だけでなく、

デンマークの医療制度で最も日本と違うのは冒頭にも話が出た「かかりつけ医」の存在だ。多摩大学大学院教授で海外の医療事情に詳しい真野俊樹氏が解説する。

「デンマークでは、どんな病気であってもまずは、ジエネラリストであるかかりつけ医を受診することがほとんどです。症状が深刻で専門医の治療を受ける必要があると判断されれば、初めて大きな病院に行くことになる。日本のように、最初から大病院で受診することはできません。

デンマークに限らず、スウェーデンやイギリスで最も日本と違うのは冒頭にも話が出た「かかりつけ医」の存在だ。多摩大学大学院教授で海外の医療事情に詳しい真野俊樹氏が解説する。

「日本だと短い時間でたくさん患者をさばけばさばくほど、病院が儲かる仕組みになっている。しかし難しい手術を行えば、それだけ点数がつくので、いきおい無駄な検査や必要な手術といった過剰医療が生じやすい。一方、デンマークでは患者にかかりつけ医として登録してもらえば、それだけ定期的な収入になりますから、必然的に長期的視点で患者の立場に立った医療を行うよ

こんなに違うデンマークと日本の医療



日本



デンマーク

胃瘻

高齢者の手術

検査

風邪薬

自分の口で食事ができなくなるほど老衰した高齢者や、認知症がかなり進行した患者にまで胃瘻を作る例が見られる。場合によっては人工呼吸と胃瘻を同時に使うこともあります。

がんが見つかった場合、「手術を受ける体力があるなら、できるだけ切りましょ」という外科医主導の風潮。患者が手術をしたくない場合でも、なかなか言い出せない

会社でも自治体でも、定期的な健康診断が行われる。しかし、レントゲンやバリウム検査による無駄な被曝も多い。健康診断を請け負う医療機関のビジネスになっている

風邪の治療で、いまだに抗生素を出す医者がいるが、科学的に風邪に効果がないことは明らか。意味がないと知りながら無責任に出す医者がいる

これだけ聞くと、さぞかし素晴らしい治療が行われているだろうと思うが、実際のところは、日本人の想像するものとはまったく違う。医療サービスがデンマークでは提供されている。デンマークの政府関係者が語る。

「この国では自己責任が徹底されており、簡単な病気、例えば風邪を引いたくらいでは『自分で治

しなさい』と、病院では診てくれない。たとえ予約を入れて診察を受けても『ゆっくり寝ていれば治る』と言われるのがおちで、薬を出されることはありません。

その一方で、個人の努力ではどうしようもない

力ではありません。

女性向けの乳がん・子宮頸がん検診を除いて、健康診断は行われない。検査を受けないというのが普通なので、自然と無駄な手術も行われなくなる

風邪くらいなら、重症化か

からない限り医者には「アカのんでも飲んで寝ていなさい」と言わ

れ、薬も処方されない

風邪くらいなら、重症化か

「結論から言うと、医師免許と麻薬使用者免許があれば臨床経験を問わず、『在宅緩和ケア』に従事することができます。法的に特別な講習や資格は定められていないので、何科の医師であれ緩和ケアを始めることができます。だから緩和ケアの経験が少ない医者もいれば、ものすごく経験豊富な医者もいる。これが在

ます。日本のように医者様と患者という主従関係ではなく、対等な関係にあるべきだという意識なのです。医療情報が完

すが、デンマークは患者本位の治療を行うためにきちんと情報共有した

ます。現在、在宅看取り率は全国平均で約13%ですが、それを25%まで上げるのが国の当面の目標です。まずは質より量といふわけです。しかし当然ながら在宅医の質の向上も急務です。

病人を薬漬けにするのではなく、いかに健康に長生きしてもらうか、国ぐるみで取り組む——デンマークの医療制度には、ますます高齢化が進む日本にとつて重要なヒントが無数にひそんでいる。

安心安全ではあります

何科の医者でもなれる

うになる。無駄な投薬や検査もしない。クリニックには検査のためのCTやMRIなどではなく、レントゲンの機械すらない所も多いですよ

このような状況なので、デンマークでは定期的な健康診断は一部の病気（乳がん、子宮頸がんなど）を除いて行われていない。自覚症状がない場合は、検査もしなければ、手術もしないというのが当たり前のことだ。

「検査の機会が少ないと、早期にCTを撮つていれば、助かったかもしれないようながん患者が出てくることは確かです。

しかし医療全体のバランスで見て、費用対効果を考えたときに、無駄な検査や治療におカネをかけ

高齢者はがん手術をしない

投薬の量も圧倒的に少

ない。「13年の医薬品費の対GDP比率は日本が2.1%、デンマークは0.5%とわずか4分の1。

これにはとりわけ薬剤費のかかる高齢者医療のあり方にも理由がある。

（胃に直接栄養を送り込む治療）など無意味な延命治療は行われません」（前出の政府関係者）

また、患者は医者が提

案する手術を自分の意思

で断ることもできます。

（胃に直接栄養を送り込む治療）など無意味な延命治療は行われません」（前出の政府関係者）

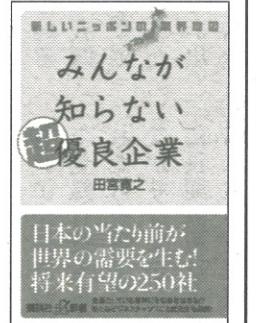
みんなが知らない 超優良企業

田宮寛之
定価：本体840円(税別)
ISBN 978-4-09-272839-0

過ぎないほうがいいとい
うのがデンマークなど北
欧諸国の医療の考え方な
のです」（真野氏）

独自の業界分類で、
将来有望な、知る人ぞ知る
超優良企業250社を一覧！

講談社+α新書



日本の当面の需要を生む!
将来有望な250社

期を迎える。これは誰もが願う事だ。そのためにも緩和ケアの医者は当然「安心安全」が第一でなければならぬ。しかし、実際は未経験の医者も多く「玉石混交」の状態なのだ。

前出の長尾氏はその理由をこう語る。

確かに超高齢社会を迎えている日本にとって、緩和ケアはますます需要が増える医療分野だ。

だが、そのことでいい加減な「インチキ緩和ケ

「誤解してほしくないのですが、モルヒネに代表される医療用麻薬は決して怖い薬、危険な薬ではありません。ただし、使いたい方を間違えると命を縮めることもある。

巨泉さんは、千葉の自宅に近いという理由でその医師にお願いしたのかかもしれません。しかし、使は都市部と違つて在宅緩和ケアをしてくれる医師の選択肢が充分あるとは限りません。緩和ケアや在宅看取りの実績をよく調べたうえで依頼することが大切です」(長尾氏)

さらに在宅医療ではこんなトラブルもある。太田和子さん(仮名)は、在宅医の不手際で母を亡くしたという。

「当時80歳だった母は、『このまま家で穏やかに死にたい』と言うので、在宅医療をお願いしたのです。母は脳腫瘍を患っていましたが、自分でまだ歩けていた。

ところが、その日たま

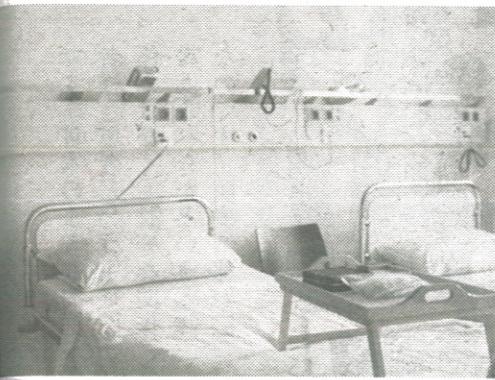
たまやつてきた臨時の在宅医が母を起き上がらせようとして、手を放してしまったんです。倒れた母は大腿骨を骨折。寝たままのまま、病院のベッドで息を引き取りました」

緩和ケアとは患者の意に沿うかたちで安らかに

そのままらうための、手助けをするものだ。それがろくに知識もない医者にかかるたばかりに苦しめられてしまふ。患者にどうでも遺族にとつてもこなつてしまふ。患者にどうでも無念なことはないだろう。

「胃瘻や点滴で無理やり栄養を注入し、生かそうとする。それが責務だと思っている医者がまだまだ多い。でもそれで誤嚥性肺炎を起こし(胃瘻でも栄養を体が受け付けないとい逆流することがある)使つたことがないし、よっぽどのことがないと必要ないと思つています。モルヒネを使わなくてよい芦花ホームに入所した方は皆さん、安らかに眠るように亡くなりま

す。死ぬのは自然の摵理であり、それが『寿命』といふものです。しかし、多くの病院ではモルヒネが使われている。『やはり広い目で患者さ



胃瘻は病院の金儲け

その一方で「無理に生き永らえさせようとして、患者が望まぬ延命治療をする医者もいる」と主張するのは、著書に

『平穏死』を受け入れるレッスン』などがある石飛幸三医師だ。

石飛氏は現在、特養老人ホーム「芦花ホーム」の常勤医を務め、終末期医療に携わっている。

『私は一度もモルヒネを使つたことがないし、よっぽどのことがないと必要ないと思つています。死ぬのは自然の摵理であり、それが『寿命』といふものです。しかし、多くの病院ではモルヒネが使われてい

る。『なんとか生きなればいい』と余計な治療をすることで、患者をかえつて苦しめていられる。それが現在の日本の終末期医療の風潮です』

その最たるもの、口から食べられなくなつた高齢者の胃に穴を開けて栄養を送り込む「胃瘻」だと石飛氏は言う。

「胃瘻や点滴で無理やり栄養を注入し、生かそうとする。それが責務だと思つている医者がまだまだ多い。でもそれで誤嚥性肺炎を起こし(胃瘻でも栄養を体が受け付けないとい逆流することがある)使つたことがないし、よっぽどのことがないと必要ないと思つています。モルヒネを使わなくてよい芦花ホームに入所した方は皆さん、安らかに眠るように亡くなりま

す。死ぬのは自然の摵理であり、それが『寿命』といふものです。しかし、多くの病院ではモルヒネが使われてい

妻が骨粗鬆症になつても、薬の副作用で顎の骨が壊死

40代の女性が、80代の母親を襲つた症状についてこう振り返る。

「母は70代の頃から足腰が弱ってきて、病院で勧められ、骨粗鬆症の薬、ビスフォナールを飲んでいました。ところが飲み始めて少ししてから、歯茎から血が出るようになり、歯が痛いと言い始めたのです。

『顎の骨が壊死しかけています。薬の副作用です』

母親を襲つた症状についてこう振り返る。

「母は70代の頃から足腰が弱ってきて、病院で勧められ、骨粗鬆症の薬、ビスフォナールを飲んでいました。ところが飲み始められ、歯が痛い言い始めたのです。

『顎の骨が壊死しかけています。薬の副作用です』

母親を襲つた症状についてこう振り返る。

『顎の骨が壊死しかけています。薬の副作用です』

その副作用とは、顎の骨が壊死するという恐ろ

が多くなりました』

超高齢社会の日本。骨の内部がスカスカになります。骨折のリスクが高まり、骨粗鬆症患者の人□は、1300万人を超えると推定されている。とくに女性は加齢に伴つて、骨の吸収(破壊)を抑えるため効果はありませんでした。歯茎の骨の一部がむき出しになり、顎が腫れあがるという状態が続き、母は痛みで塞ぐこと

が多くなりました』

超高齢社会の日本。骨の内部がスカスカになります。骨折のリスクが高まり、骨粗鬆症患者の人□は、1300万人を超えると推定されている。とくに女性は加齢に伴つて、骨の吸収(破壊)を抑えるため効果はありませんでした。歯茎の骨の一部がむき出しになり、顎が腫れあがるという状態が続き、母は痛みで塞ぐこと

が多くなりました』

その治療に用いられて

いる主要な薬が、ビスフオナール(ゾメタ、ビスフォナールなど)である。奥羽大学歯学部教授で、口腔細菌学が専門の清浦有祐氏が言う。

『骨が吸収されるのを防ぐ薬で、その効果は非常に高い。しかし、その分、副作用もきわめて強いのです』

その副作用とは、顎の骨が壊死するという恐ろ

い状態だ。歯茎の骨がむき出しになり、歯にはつきりと穴が空いたようになることがある。その仕組みについて清浦氏が解説する。

『口のなかに細菌が溜まつて、骨が壊死する。そこで、骨にまでそれが達し、骨髄炎や顎骨の『骨

が多くなりました』

その治療に用いられて

いる主要な薬が、ビスフオナール(ゾメタ、ビスフォナールなど)である。奥羽大学歯学部教授で、口腔細菌学が専門の清浦有祐氏が言う。

しいまだに、その原因は解明されていません。医学的には「免疫の病気」とされています。何らかの理由で免疫が異常を起して、関節が痛んだり腫れたりするということです」（松田医院和漢堂院長・松田史彦氏）

リウマチは日本人にとって最も身近な「難病」だ。指や手足の関節の骨を包んでいる滑膜という組織が、なぜか突然増殖を始めて、猛烈な痛みを引き起こす。放つておくと関節はボロボロに壊れ、

抗がん剤と同じ成分

原因不明だけど
身近な難病

「リウマチの薬」は
るとこなんないさな

「リウマチに悩む患者は、国内におよそ70万人いると言われます。しかしまだに、その原因は解明されていません。医学的には『免疫の病気』とされています。何らかの理由で免疫が異常を起こして、関節が痛んだり腫れたりするということ

最終的には骨と骨がくつ
ついて固まってしまう。
実に恐ろしい病気である。だが、はつきりとし
た原因が分からず、完治
する方法も見つかっていないため、様々な薬を使
つて進行を遅らせること
しかできないのが、現在
のリウマチ治療の限界だ。

そこに落とし穴がある。
「一番よく使われる薬が、
リウマトレックスという
免疫抑制剤です。免疫機
能（体に入り込んだ菌な
どの外敵を攻撃する機能）
が暴走することによりウマ
チが起こるのであれば、リ
ウマチの進行も止まるだ

ろうという理屈です。しかし、実はこのリウマトレックスは、抗がん剤として使われている薬と全く同じ成分なのです。抗がん剤として使うときには、100分の1くらいに弱めであります。当然、副作用は出てくる。リウマトレックスを飲んでいる患者さんは、本人は気付いていないことが多いのですが、たいていの人が悪く元氣がない顔色が悪く元氣がありません。体温が下がつたまま戻らないという人もいます」（前出・松田氏）

リウマトレックスに関して指摘されている副作用の中でも、最も危険なのが間質性肺炎だ。なんと

リウマチ患者のうち3割が、この間質性肺炎にかかるといふとの調査もある。この「間質」とは、細胞の間をつなぐ物質のこと。肺の場合には「肺胞」とよばれる空気の入る部分の周りを満たしているのだが、これが炎症を起こして、肺全体が固くなり、息を吸うときに膨らまなくなる。どんなに深呼吸をしても息苦しく、また咳をした拍子に肺が破れて、呼吸困難に陥るおそれもある。最悪の場合は死に至る病だ。

リウマチリスクだけでも副作用のリスクは決

して小さくはないが、効果が薄いと、さらに薬を追加することになる。代表的なのがアザルファイジンEN、リマチル、プログラフなどである。総合病院勤務の内科医が言う。「これらの薬に加えて、ステロイド剤や胃薬を合わせると、毎日リウマチだけで4種類以上の薬を飲んでいるという人も珍しくありません。いずれもリウマトレックスとは成分が異なりますが、やはり免疫を抑えるはたらきがあります。

骨粗鬆症薬の副作用

薬名	薬の副作用
ビスフォス フォネート ゾメタ ビスフォナール など	口腔内に細菌が多かつたりインプラントの治療中だつたりする場合、顎骨に炎症が生じる「骨髓炎」や、顎に激しい痛みが出る「顎骨壊死」を起こすことがある
ラロキシフェン エピスタなど	主な副作用は、ほてりや乳房の張り、吐き気といった不快感だが、稀に、息苦しくなる肺塞栓症や視力が急激に低下する網膜静脈閉塞症などの症状が出ることも
イプリフラボン オステン サイポリンなど	胃腸の調子が悪くなることがあり、ひどい場合には消化管潰瘍や胃腸出血を発症し、下血や吐血することも。ほかには、倦怠感、食欲不振、発熱、発疹などがある
エルカトニン エルシトニンなど	骨の吸收を抑え、形成を助ける作用を持つ。注射で使用したあとに顔面が紅潮する、吐き気を催す、気管支喘息の既往がある者に喘息を誘発するなどの可能性もある
エストロゲン プレマリン ジュリナなど	長期に女性ホルモンを補充することにより、骨の吸収が緩やかになる。通常、更年期障害の薬として使われる。子宮体がんや乳がんなどの発症のリスクが上がる

骨が壊死し、顎の周辺に痛みが出るので、食べ物も満足に食べられなくなってしまう。高齢者はただでさえ栄養状態がいいとは言えないことが多いために、骨壊死によつてそれが悪化してしまうケースもあります。

しかも、一度、骨髄炎や顎骨の壊死が起きてしまつと、治療も難しくなります。手術をして腐った骨を取り出そうとして

も、高齢の方では、手術の負担を考えるとそれも難しい」

とくに高齢者は歯が磨きづらくなり、若い頃に比べて口の中の状態を衛生的に保つことが難しいという。こうした状態でビスフォスフォネートを服用し、いったん骨が壊死してしまうと、取り返しがつかないことになる。

だが、患者もまさか骨粗鬆症の薬と口腔の問題がつながっているとは想像しないだろう。

薬に頼らなくとも治る

「患者さんのはうも、こうした副作用を想定しない方が多いと思います。そして薬を出す内科、外科の先生のなかには副作用について十分に説明を

しない方もいるでしよう。
本当なら、歯科医と内科、外科が、もつと相互に注意を喚起し合う必要があるのだと思うのです
が」（前出の清浦氏）

「『ナガセ』、一、」
子氏が指摘する。
を負いながら薬を飲む」とでしか、骨粗鬆症と対峙する方法はないのかといふ。薬剤師の宇多川久美子氏が指摘する。

を抑える働きを持つが、やはり副作用には注意が必要だ。女性の医療ジヤーナリストが言う「女性ホルモンは増えすぎると発がんリスクになる。こうした薬は、卵巣がんや子宮体がん、乳がんなどの発症可能性を高めることができます」

同様の効果を持ち、閉経後の女性に使われるラロキシフェン（エビスターなど）は、ごく稀にではあるが、静脈血栓塞栓症の症状を引き起こすことがある。なかでも、息苦しさを覚える肺塞栓症や、視力が著しく低下する網膜静脈閉塞症などが重篤な症状として挙げられる。

では、こうしたリスク

む感覚が広まつたように思ひます。しかし、そもそもなぜ骨密度を上げるかというと、転倒の際に骨折して寝つきになるのを防ぐためです。それなら、薬に頼り切つて骨密度を気にするのではなく、転ばないように筋肉を増やすという方向を模索してもいいはずです。

また、骨を形成するのに必要なビタミンDは、太陽の光を浴びることでつくられます。骨粗鬆症は早急に薬を必要とするものではなく、薬を飲む以外にも、できることがあるのです」

副作用を把握し、できれば薬に頼らない。それが一番だ。

