

サプリメントの有効性を科学的に証明しようとする機運とともに、有効成分の同定やヒト臨床試験が、世界各国で行われ始めています。

そのような流れのなか、サプリメントに関する問題点も浮き彫りになってきました。そこで今回は、がん患者の皆さんがサプリメントを利用する際に注意すべき点を二つ取りあげます。



大野 智

大野 智  
リメントの成分が天然物質だからといって、安全である

一つ目は、サプリメントは薬と同じような働きをして、体に不利益な影響をあたえる可能性があるということことです。健康食品で健康被害に遭っては本末転倒ですが、実際に事例として複数報告されています。また、厚生労働省研究班の実態調査でも、サプリメントを利用しているがん患者のうち約5%に嘔吐、下痢、便秘、肝機能障害などの好ましくない副作用があったことが明らかになっています。

### サプリメント利用の注意点

さらに、がんとは関係はありませんが、2002年に中国製ダイエット用健康食品を摂取した人

たちに重度の肝障害が多数発生し、そのうち1例については、不幸にして亡くなられたという事例もあります。この場合は、N-ニトロソフェンフルラミンという有害物質が含まれていて、これが原因で肝障害が起きたものと推測されています。

二つ目は、サプリメントは身体の中で他の薬の働きに影響を及ぼす可能性があるとい

うことです。例えば、セントジョーンズワート(セイヨウオトギリソウ)というサプリメントは、がんに伴う鬱症状に用いられることがあります。が、塩酸イリノテカンという抗がん剤の働きを約半分に弱めてしまうことが報告されています。塩酸イリノテカンを投与される場合は、セントジョーンズワートの摂取は控えるべきでしょう。

これら二つの問題点に共通して知っておいてほしいのは、サプリメントの成分が天然物質だからといって、安全であることを意味しているわけではないということです。「サプリメントは食べ物だから副作用がないので、どれだけ摂取しても大丈夫」といった誤解も見受けられます。

こうしたことから、現代西洋医学を完全に否定し、科学的根拠のない治療法を選択して不幸な結果になることだけは避けなければなりません。

サプリメントを上手に利用できるよう、サプリメントに関する正確な情報の集積と公開、患者自身の冷静な判断と医療従事者の理解に基づく良好な意思疎通が今後の課題と思われれます。(金沢大学補完代替医療学特任助教)



黄色い花をつけたセントジョーンズワート  
—金沢大学薬学部の太田富久教授提供