

わたらの 健康とくすり

第129号

今月の内容

- 心筋梗塞は血管の病気
- デトックスについて
- 医薬品副作用被害救済制度とは



ザクロ（ザクロ科）

西アジア原産で、日本にはシルクロード経由で平安時代に入ってきたと考えられます。写真は西安の始皇帝陵の近くで栽培されていたものです。花が美しく、鑑賞用にするほか、種子の周りの淡紅色の部分絞ってグレナディンジュースを作ります。果皮と根皮は糸虫駆除薬にします。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2006年9月発行

東京都八王子市館町1097 電話042-666-0931

茂木 徹

協力 八王子薬剤師会

129-2



疾患シリーズ

「心筋梗塞は心臓の病気ではなくて 血管の病気である」

はじめに

心筋梗塞を起こして入院してきた方々の多くが、自分は今まで全く病気もしていなかったし、心臓が悪いといわれたこともなかったとおっしゃいます。これは事実です。それでは何故心筋梗塞は起こるのでしょうか。

どんな病気

心筋梗塞は冠動脈という心臓を栄養している血管が詰まってしまった結果、その末梢に血液がゆきわたらなくなり、心筋が壊死（梗塞）になってしまうものです。では起こす前の血管はというと、実は殆ど狭くもない、つまり運動しても何をしてても全く症状のない血管なのです。まさにサイレントキラー（静かなる殺人者）なのです。

心筋梗塞になりやすいのは

それでは心筋梗塞になりやすいのはどのような状態なのでしょう。今まで明らかになっていることは**高脂血症（血清コレステロールで220mg/dl以上）、高血糖（空腹時血糖値で110mg/dl以上）、高血圧（収縮期血圧/拡張期血圧が140/90mmHg以上）、そして喫煙習慣がある**、の4点です。これを主要危険因子（major risk factor）と呼びます。これらは一つ持つごとに心筋梗塞を起こす率が3倍になるといわれています。2つあれば9倍、3つあれば27倍、4つ全てであると81倍の確立で心筋梗塞になると思っただいてよろしいと思います。なにしろ一つでもリスクを少なくすることが大事です。どうしてもたばこを止められない人も、まずは他の危険因子の是正、治療にあたるのが肝要です。



何故血管が大事なのか

なにしろ心筋梗塞は心臓が悪い人がかかる病気ではなくて、たまたま心臓の上を走っていた血管の中にちょっと溜まったゴミ（悪玉コレステロールを中心とした塊）が破裂した結果、血栓で血管が詰まって心臓が悪くなるのですから。

東京医科大学八王子医療センター循環器内科 高澤 謙二



ちょっとお耳を…… 「デトックス」ってなあに？

最近、デトックスという言葉が注目されています。デトックスという言葉を知らなくても、岩盤浴やヨガ、ロハスという言葉聞いたことがあると思います。これらはデトックスといわれるものに含まれます。今回はこのデトックスについてお話ししましょう。

☆デトックスの由来とは？

デトックス (Detox) とは、体内に溜まった毒素を排出させるという健康法です。この呼び名は、detoxification、つまり「(体内から毒素や老廃物を) 取り除く」、「解毒」の短縮形です。本来は、「アルコールや麻薬などの中毒を治療する」などの意味で使用される単語です。

☆デトックスっていったいなんだろう？

現代は生活環境、食べ物などから体内にどうしても不要な有害物質 (鉛・水銀・カドミウムなど重金属類やヒ素など) が入ってきます。現代社会で都市生活を送っている以上毒素が溜まっていない人はほとんどいないと言っても過言ではありません。ここで言う毒素とは人間の体に悪影響を及ぼすものすべてを指します。重金属類だけでなく、有害ミネラルも角質や余分な水気 (むくみ) や便秘 (宿便) も毒素です。老化 (エイジング) の原因である活性酸素も毒素です。体にはもともと解毒の機能が備わっていますが、毒素があふれている現代では排出しきれない場合も多いのです。

こうして体のためこんでしまった有害物質や毒素を解毒・排出し、体が本来持つ力を取り戻すことで身体の機能を正常にし、新陳代謝も上げることで健康な体や美しい肌を取り戻します。つまり、従来のサプリメントなどによって足りない栄養素を補っていく足し算方式とは違い、余分なものを取り除く引き算方式の健康法、これがデトックス (解毒) です。

☆デトックスの具体的方法とは？

デトックスとして紹介されている方法の中から以下に代表的なものを挙げてみます。

- ① 食べる・・・デトックス料理、マクロビオティック、サプリメント
- ② 腸をきれいにする・・・断食 (ファスティング)、腸内洗浄
- ③ 汗を出す・・・ヨガ、岩盤浴、ゲルマニウム温浴
- ④ 調べる・・・毛髪検査
- ⑤ ライフスタイル・・・ロハス (LOHAS)
- ⑥ 施す・・・リンパマッサージ、アーユルヴェーダ

このように一口にデトックスといっても気軽に出来るものから、専門的なものまで実に多様です。これらの中から自分にあっている方法を慎重に見つけ、無理なくデトックスしていくようにしましょう！

執筆薬剤師：堀越 健一

129-4



おくすりQ&A

副作用が起こったときに、救済制度がある
と聞いたのですが、どのようなものですか？

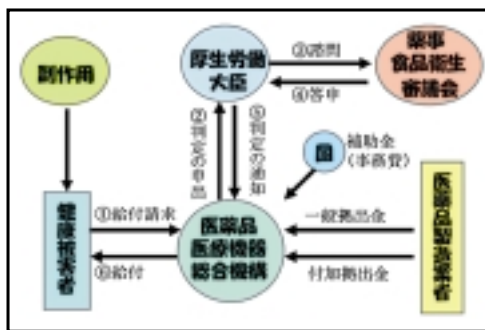
医薬品副作用被害救済制度という、公的な制度があります。病院や診療所で使用された医薬品、薬局などで購入した医薬品を正しく使ったにもかかわらず、副作用によって一定レベルの健康被害（入院を必要とする程度の疾病、日常生活が著しい制限を受ける程度の障害）が生じた場合、医療費や障害年金などが支払われます。（ただし、抗がん剤や特殊疾病に使われる医薬品など、厚生労働大臣の指定のあるものは対象になりません。）

救済制度の目的

医薬品は治療には欠かせないものとなっていますが、副作用が全くない医薬品はありません。医薬品は有効性と安全性のバランスの上に成り立っているため、どんなに注意を払っても副作用を完全に防止することは難しいことです。また健康被害が起きた場合、その賠償責任を追及するには多大な労力と時間を必要とします。このため、被害者の速やかな経済的救済を目的としてこの制度がつけられました。

救済制度の仕組み

健康被害を受けた本人（又は遺族）等が、請求書と添付資料（医師の診断書等）を独立法人医薬品医療機器総合機構（以下、機構）に送付します。これをもとに、医薬品が正しく使われたかどうかなどの医学的、薬学的判定について、機構から厚生労働大臣に申し出を行います。さらに、厚生労働省の薬事・食品衛生審議会で審議され、厚生労働大臣の判定結果をもとに機構が救済給付の支給をするかを決定します。給付には、医療費、医療手当、障害年金、障害児養育年金、遺族年金、遺族一時金及び葬祭料があります。



副作用は起こらないに越したことはありませんが、もしもの場合に備えてこのような救済制度を知っておくことは大切だと思います。また、販売証明書が必要になった時のために市販薬を購入したときは、レシートを保存しておくようにしましょう。

救済給付制度についてのお問合せ先：電話03-3506-9411（ダイヤルイン）
独立行政法人 医薬品医療機器総合機構 <http://www.pmda.go.jp/>

執筆薬剤師 野口 さつき