

市民公開セミナー

がん患者さんのサプリメントとの上手な付き合い方

鈴木 信孝

金沢大学大学院医学系研究科 臨床研究開発補完代替医療学

特任教授・日本補完代替医療学会理事長

はじめに、

2001年の厚生労働省がん研究助成金による研究班の調査によれば、がん患者さんの43%がサプリメントを利用されていることがわかっています。しかしながら、多くの医師にとってサプリメントへの理解や知識は未だ浅くサプリメントの相談に応じきれないのが現状です。そのため、がん患者さんやそのご家族は、世間にあふれるサプリメントの雑多な情報に翻弄されながら、ご自分たちの力で、サプリメントとの付き合い方を決めざるを得ない状況かと思います。そこで、この市民公開セミナーでは、一般のがん患者さんやそのご家族が、サプリメントとの付き合い方を決める際に、手助けとなるような情報をお話したいと思います。

■がん患者さんがサプリメントに期待できる点は何か？

| がんとサプリメントの関係

「がんを治す」などの「がんに対する直接的な効果」は病院での治療を中心に考えて、サプリメントは治療を補うもの・治療に追加するものとして、利用を考えることが大切です。具体的には、がんの進行に伴う症状や副作用を緩和したりする作用、体調をよくしたり、がんと向き合う体力や免疫力を維持・改善する効果が考えられます。こういった効果は、「患者さんが、どれだけ元気に日常生活を過ごせるか」と密接に関係しているため、最近は医療の現場でも重要視されようになってきました。

| 補完代替医療の位置づけ

サプリメントのように病院での治療を補うような医療を、一般の方には馴染みがない言葉かと思いますが、専門的には「補完代替医療」と呼びます。サプリメントのほかにも、鍼灸やマッサージなども含まれます。最近では、この「補完代替医療」の効果や安全性について科学的に研究が進められており、一般の方も研究成果を知った上で利用を検討することができるようになってきました。

| 金沢大学の取り組み

金沢大学は、わが国で初めて補完代替医療を専門的に研究する講座を創設し、補完代替医療の科学的な検証を行うと共に、一般の方のための情報も発信しています。その一環として、2008年には補完代替医療外来を開設し、サプリメントなどの補完代替医療との上手な付き合い方について、患者さんへ助言しています。

■がんのためのサプリメントをどのように選んだら良いのか？

| エビデンス（科学的根拠）を基準にサプリメントを選ぶことの重要性

エビデンスとは、簡単に言えば、「医師や専門家が科学的に研究したデータがあるか、ないか」ということになります。

| 良いサプリメントを選ぶ具体的な方法やポイント

まず、安全性に関する研究報告が記載されていること、機能性に関する記載が論文報告などに基づいていること、ヒトの研究報告が記載されていることが大切です。

当日は、これらのポイントをより具体的にお話いたします。

| 製薬企業の先進的な取り組み

サプリメントのエビデンスや研究状況を知る一つの事例として、我々が小林製薬と共同研究している「シイタケ菌糸体エキス」の研究を紹介します。

シイタケ菌糸体エキスとは？

シイタケの「菌糸体」は椎茸の母体となる部分を指し、普段は食べられることはありません。シイタケ菌糸体エキスはこの菌糸体部分を固形培地で育成させたのち、抽出したエキスです。

安全性の研究は？

一般的な細胞や動物での試験だけでなく、ひとを対象とした臨床試験でも安全性の確認試験が実施され、論文でも報告されています。このように論文で公開されると、一般の方も安全性情報を知ることができるというメリットがあります。

有用性の研究は？

有用性については、がん患者さんの免疫力や体調の維持・改善効果を中心に複数の大学病院が研究会を作って、研究が進められています。サプリメントの研究を大学病院の医師が中心になって取り組んでいる事例は、わが国ではほとんどなく、先進的な取り組みです。この研究会では、例えば、乳癌の術後補助化学療法施行患者さんにシイタケ菌糸体エキスを併用したときに、化学療法による免疫力や体調の低下を防いだ効果などが論文として報告されています。また、最新の癌免疫理論に基づいた研究も進められています。我々も現在、乳癌の術後ホルモン療法施行患者さんを対象とした試験を実施しています。この試験では、患者さんにシイタケ菌糸体エキスを8週間毎日摂取していただいて、シイタケ菌糸体エキスの「ホルモン療法への影響」と「免疫力や体調への効果」について検証を進めています。患者さんやそのご家族がサプリメントの利用を医師に相談される場合、薬と併用したときの影響が判らないがために、医師が適切な回答をできないことも多いようです。そのため、この試験のように、薬剤治療中の患者さんとの併用時のデータを蓄積することは、医師のサプリメントに対する理解を深め、患者さんにとってサプリメントを利用しやすい環境をもたらしてくれると期待しています。

共催：小林製薬株式会社