

# かなえ

第150号(令和7年4月)

医療法人社団鼎会 三和病院

松戸市日暮7-379 ☎047-712-0202

<https://sanwa-hp.jp/>



医療法人社団鼎会 八柱三和クリニック

松戸市日暮1-16-2 ☎047-312-8830

<https://sanwa-cl.jp/>



## 桜が咲く21世紀の森公園

やっと早咲き桜が咲きはじめました。  
まだ、全開までには至りませんが、  
早咲き桜はワクワクします。  
公園内を散歩すると、草の芽が  
ひょっこりと出ているのが嬉しい。  
気の早い菜の花がところどころに  
咲き始め、菜の花畑が楽しみになる。  
散歩をしていると、

歩道沿いに野草が顔を出す。  
知らない名前の野草は自宅に帰って、  
いくつかの花辞典からじっくり探すのも  
楽しみの一つである。  
この公園は糖尿病ウォーキングと  
勉強を兼ねた大事な場所である。

絵、文 菅谷 功 2025年3月



# 医師はプラセボ効果を 味方にできない

内科 齊藤 丈夫 外来診療日 病院:月曜PM・水曜AM クリニック:火曜AM・木曜AM・金曜AM・土曜AM

医師なら薬を何でも処方できると思っている患者さんが多いものですが、意外に制約があります。風邪薬、花粉症の薬、ビタミン剤などの日常的な薬では、町の薬局で処方箋なしで購入できるOTC (over-the-counter)薬の方が自由度が高く、よく効く場合も多いです。OTC薬と医師の処方には以下に述べるような違いがあります。

まず、OTC薬は速効性が優先されます。そもそもすぐ効かないと売れません。一方、医師の処方は長期的な安全性が問われます。たとえばアレルギー鼻炎ではOTCには血管収縮性の点鼻薬があります。すぐ鼻が通るので便利ですが、連用すると鼻粘膜の萎縮を招くことがあります。医師が処方するのは効果が遅い点鼻薬です。

次に、医学的に本筋でない薬は、市販薬なら容認されても医師が処方することは難しいです。市販の風邪薬には、鼻炎用の成分である抗ヒスタミン剤による眠気を打ち消す目的もあって、カフェインが配合されているものがあります。カフェインはご存じの通りコーヒーの成分で眠気を覚まし元気になった錯覚を与えますが、休息が望まれる患者さんには適しているとは言えません。医師はカフェインが含まれている風邪薬を処方しにくいのです。

最後に、医師は薬の処方に際してプラセボ効果を利用することができません。プラセボ効果に頼るような診療姿勢は望ましくないと見なされます。さて、プラセボ効果って何?と疑問に思う読者が多いと思います。このプラセボ効果が今回のテーマになります。

話が少し横道に逸れます。医学誌に次のような意見が載りました。[かつてグルコサミン・コンドロイチンの内服がOA(変形性関節症)に有効かもしれないという論文がN.Eng. J. MED.(アメリカ合衆国の権威のある医学雑誌)に載ったことがありますが、その後否定されました。一方、日本では通販でグルコサミン・コンドロイチンが花盛りです。何とかならないのかと思います。私が厚生大臣なら、業者にRCT(randomized-controlled-trial/無作為臨床比較試験)を義務づけ、証明できなければ販売を差し押さえます]

確かに正論です。ただ、ちょっと厳しすぎる意見だと思います。なお()内は私の注釈です。

グルコサミン・コンドロイチン関節軟骨の成分です。変形性関節症では潤滑液が劣化し軟骨がすり減ってしまいます。グルコサミン・コンドロイチン内服の是非については医師の間でも意見が分かれています。無効と断じる医師は論理派です。軟骨が白いのは医師なら誰でも知っている、つまり血流が乏しい。だから内服したグルコサミン・コンドロイチンが軟骨に届くはずがない。臨床治験でも効果がないということで決着がついている、以上のように主張します。擁護派の代表的な意見は次のようなものです。多くの患者さんが効果を実感している。症状が改善したという体験談が数多く寄せられているが、決して“さくら”ではない。医学界では何かというと「医学的根拠は?」という話になるが、多くの患者さんに効果があったという調査結果もある。さて、どちらが本当なのでしょう。

ここで臨床治験がどのように行われるかを紹介します。効果を確認したい薬とプラセボを比較するのが基本です。プラセボとは有効成分が入っていない偽薬のことで、メリケン粉の固まりのようなものです。たいてい2重盲検法が採用されます。処方する医師も患者さんの振り分けを知らない仕組みです。症状などで判断する場合、医師の先入観が影響してはいけなからです。プラセボと実薬で効果に有意な差がある場合に初めてその薬が有効と判断されます。例えばある薬が30%の患者さんに効果があったとしても、プラセボと差がなければ有効とは認められません。ところでプラセボでも多くの患者さんに効果があるのは不思議ですが、これはよく知られている事実です。これをプラセボ効果と呼びます。プラセボ効果には3つの要素があると考えられています。

第一は自然経過による改善が含まれていることです。感染症に対する抗生物質の効果を調べる試験などではこの要因が大きいと思われま。第二はホーソン効果と呼ばれる現象です。臨床治験に参加したことが生活習慣を見直すきっかけになることは当然考えられます。第三が狭義のプラセボ効果です。薬を飲んだという暗示や安心感で症状が改善することがあります。嘔気・しびれ・痛みなど、効果を自覚症状で判定する場合には大きな比重を占めると考えられています。何だか不思議ですが、プラセボ効果が出る仕組みを脳科学的にアプローチして検証した研究もあります。

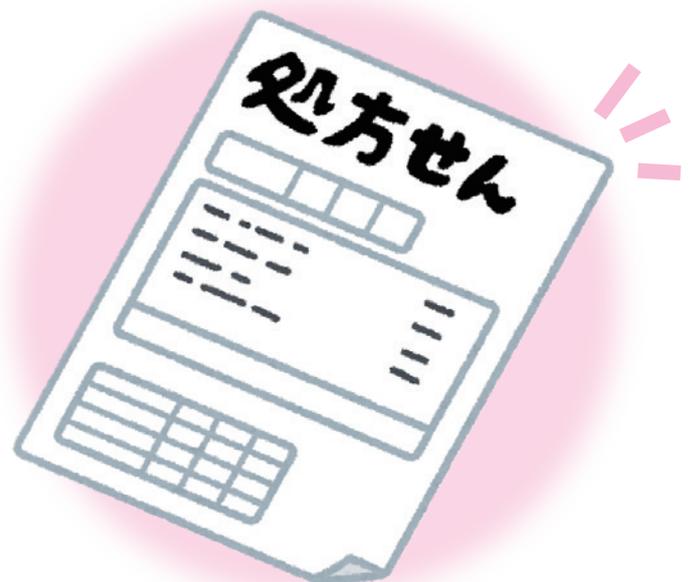
グルコサミン・コンドロイチンに戻りますが、確かに最新の臨床治験では、プラセボと比較して有意な差がなかったので、効果がないとバツサリと切り捨てています。ただしこの報告で見過ごせないのは、プラセボでも実薬でも、何と半数以上の患者さんで痛みが軽減しADL(日常生活動作)が改善していることを追記しているのです。

無効か有効かという議論は視点がかみ合っていない。どちらも間違っていない。プラセボ効果に対する立場の違いなのです。無効という医師はプラセボと差がなければ認めないという立場です。有効という医師は、実際に良くなった患者さん

がいることを重視しています。自分でお金を出して薬を購入して期待感をもって飲み、良くなったことを実感できれば何がいけないと言うのでしょうか。もっとつまらないことにお金を使ってしまう人も少なくないでしょう。おかげで孫を抱っこできるようになったという体験談は決して嘘ではないでしょう。

民間の薬に対しては、医師は寛容であっても良いと思います。ただし、あくまでも民間の薬が対象の場合です。医師が自ら処方する薬に関しては厳しさが求められます。民間の薬であれば顧客に感謝され売り上げも伸びれば言うことはありません。医師は本当に薬の効果なのかを真摯に考えなければなりません。よく患者さんは「おかげ様で良くなりました」と言ってくれますが、甘えてはいけません。「良くなったのは薬の効果ではないかもしれない、もしかしたら患者さんに無駄な薬を飲ませているのでは…」と自問するのが正しい姿勢です。プラセボ効果への期待も織り込み済にして有効性があるまいな薬を処方することも、望ましいことではありません。医師はプラセボ効果を味方にすることはできないのです。

自信を持って処方できる薬がないと言われれば患者さんはがっかりすることでしょう。医師なのになぜ薬を出してくれないの?という思いもあるでしょう。しかし医師が薬を処方する行為は責任が重く妥協も許されま。むしろ医師だからこそ薬を出せないという面もあるのです。



# 鼎会からの お知らせ



## 休診のお知らせ

### 三和病院

4月4日(金)	乳腺外科	齋藤かりん 医師 (代診 須磨崎真医師)
4月15日(火)	乳腺外科	渡辺 修 医師 (代診 安斎裕美医師)
4月16日(水)	内科	斉藤 丈夫 医師
4月19日(土)	内科	高林克日己 医師
4月22日(火)	乳腺外科	渡辺 修 医師 (代診 安斎裕美医師)
4月23日(水)	内科	安達 佳宏 医師
4月24日(木)	内科	高林克日己 医師
4月25日(金)	皮膚科	登根 純子 医師
4月25日(金)	整形外科	橋場 大輔 医師
4月26日(土)	内科	高林克日己 医師
5月22日(木)	乳腺外科	長谷川 圭 医師
5月29日(木)	乳腺外科	長谷川 圭 医師

### 八柱三和クリニック

4月8日(火)	内科	栗原由紀子 医師
4月15日(火)	内科	斉藤 丈夫 医師
4月17日(木)	内科	吉江 雅信 医師
4月18日(金)午後	内科	島本 丈裕 医師
4月25日(金)午後	内科	加藤 愛美 医師
4月26日(土)	内科	加藤 愛美 医師
4月30日(水)	内科	神崎 哲人 医師



## 医療法人社団鼎会への寄付金のご協力をお願いしております

三和病院開設以来、皆様のご理解とご協力の下、地域に根差した医療活動を運営してまいりました。新しい医療機器の購入や室料差額無料など、より良い医療の提供や患者様の負担を軽減する運用を継続していくために一層の努力を重ねてまいります。

どうぞよろしくお願い申し上げます。

詳細につきましては下記にお問い合わせください。

医療法人社団鼎会総務課 TEL047-712-0202



### 三和病院・八柱駅間

### シャトルバス運行予定表

八柱駅発		三和病院発	
8時	30 50	40	
9時	10 30 50	00 20 40	
10時	30 50	20 40	
11時	10 30 50	00 20 40	
12時	30 50	20 40	
13時	10 30	00 20 50*	
昼休み		*土曜日のみ運行 土曜の最終便	
14時	20 40	10 30 50	
15時	00 20 40	10 30	
16時	20 40	10 30 50	
17時	00 20	10 30 45*	



※この便は状況に応じて増便いたします。  
 ※交通状況等によって時間通りに運行できないことがあります。  
 ※日曜・祝日・年末年始(12/30~1/3)は運行していません。  
 ※定められたバス停などはございません。  
 ※八柱駅の交番前を自安に発着しております。  
 ※八柱駅前のロータリーの駐車状況によっては、交番前に停車できない場合がございます。その際は、ロータリー内の可能なスペースに停車致しますので、ご了承下さいませ。