

# 害の無い薬は存在するのか

治験コーディネーター見習い中の薬局薬剤師が「薬担当者の小喃<sup>こぼなし</sup>」として、医薬品の開発や薬の使い方を医療関係者の視点から伝えていきます。

## 害を起こすのは薬だけじゃない

前号では、薬が引き起こす被害を止めることができず、大きな事件に発展した薬害について紹介しました。このことを知ると、薬は怖いとか異物だから害になるのだろうと感じた方も多いかと思えます。

だからと言って、全ての薬を悪者とみなし、邪険に扱うことは自分のためになりません。ものの価値を正しく見極めるのが必要になってきます。

食事をとる時、薬のように  
安心・安全を考えたことは  
ありますか？

アレルギーが  
でないか心配

異物だから体が  
反応するんだ

害になる、  
かも



なるべくなら、飲みたくないな。。

何故、飲まなくちゃいけないんだっけ？

治療をするため薬を飲む時に、害になるかもしれないから飲みたくないという矛盾は間違った考え方ではありません。全ての薬に益と害があります。薬と同じように、口から摂取する食べ物にも益と害があります。生きていくのに必須とされてくる栄養素も過剰に取れば害になります。例えば、ビタミンDは過剰に取れば、体内に余分に溜まったカルシウムが血管に付着することで、動脈硬化になります。普段から浴びている紫外線や、呼吸で取り込む酸素も一部が活性酸素になり害となるのがわかっています。薬に限らず、良し悪しは益と害の両方を知った上で判断しなくてはなりません。ですが、そのような判断は専門家でも無い一般の方には難しいものです。

### 身の回りにあるものの益と害の一例

害		益
過剰にとると胎児に影響がでる	ビタミンA	肌を健康に保つ
過剰にとると体内のカルシウムが増えすぎる	ビタミンD	骨の形成を助ける カルシウムの吸収を助ける
皮膚がんや白内障の発生率が高まる	紫外線	ビタミンDを有効活用する 殺菌作用がある 植物の発育(光合成)に必要な
活性酸素に変わると細胞を老化させる	酸素	人間の細胞がエネルギーを生み出すときに必要

### 知らないことが「害」

薬が害と言うのは、飲みたくないという気持ちの表れかもしれない。その理由の一つには、何故この薬を飲まなくてはいけないのかという疑問があるからです。自分の病気や薬を専門家からきちんと教わり、必要性が理解出来れば、そのような疑問もなくなり、たとえ薬が変わらなくても治療は

一步進みます。知ることも治療の一環です。薬に対して知りたいことや不満・不安があれば、薬の専門家である薬剤師に相談しましょう。