

補完代替療法と 西洋医学を組み合わせた QOLの向上を

科学的検証の実施で
臨床効果も確認



西洋医学だけでは治癒が難しかったり、副作用が生じたりする病気があるほか、治療を続ける上では心身のバランスも重要視される中、従来の通常医療以外の療法が目玉されています。統合医療・補完代替療法の正確な情報発信や、科学的検証に力を注ぐ臨床研究センター長の 大野智教授に話を聞きました。

統合医療とは？

療法の分類	療法の例	
	国家資格等、国の制度に組み込まれているもの	その他
食や経口摂取に関するもの	食事療法・サプリメントの一部（特別用途食品（特定保健用食品含む）、栄養機能食品）	左記以外の食事療法・サプリメント・断食療法・ホメオパシー
身体への物理的 刺激を伴うもの	はり・きゅう（はり師・きゅう師）	温熱療法、磁器療法
手技的行為を伴うもの	マッサージの一部（あん摩マッサージ指圧師）、骨つぎ・接骨（柔道整復師）	左記以外のマッサージ、整体、カイロプラクティック
感覚を通じて行うもの	—	アロマセラピー、音楽療法
環境を利用するもの	—	温泉療法、森林セラピー
身体の動作を伴うもの	—	ヨガ、気功
動物や植物との関わりを利用するもの	—	アニマルセラピー、園芸療法
伝統医学、民族療法	漢方医学の一部（薬事承認されている漢方薬）	左記以外の漢方医学、中国伝統医学、アーユルベータ

組み合わせ（補完・一部代替）
近代西洋医学

統合医療



eJIMはこちらから



1.平成22年度厚生労働科学研究「統合医療の情報発信等の在り方に関する調査研究」で取り上げられた療法について、効果の有無を問わず整理したもの。（厚生労働省「統合医療」に係る情報発信推進事業「統合医療」情報サイト利用マニュアル2016年より）。2.医学部附属病院で鍼治療の臨床試験を行う大野教授。3.大野教授が作成に携った厚生労働省の「統合医療」情報発信サイト（eJIM）。

その95%が健康食品やサプリメントでした。また、その当時、「この食品でがんが治る」などの虚偽誇大の広告がまん延し、経済的なトラブルも浮上。国は、誤認させる表示や広告を禁止するよう法律を改正するほか、統合医療に関する正確な情報発信も進めてきました。

厚生労働省の「『統合医療』情報発信サイト（eJIM）」作成にも携わっている大野教授は、「いくつかの補完代替療法では科学的検証が行われ、臨床効果も確認されています」と紹介してくれました。がん領域では、ヨガが倦怠感を軽減することを証明した臨床試験や、プロバイオティクスが抗がん剤副作用による下痢を軽減させたとする論文などがあるそうです。大野教授も現在、東京大学や埼玉医科大学と、がん患者の協力を得て臨床試験を実施。抗がん剤治療による末梢神経障害（しびれ・痛み）に対する鍼治療の効果を検証しています。

ここで重要なのは、補完代替療法の多くは病気のものを治すわけではなく、心身の症状を和らげたり、治療に伴う副作用を軽減させたりする点です。ただ、利用にあたって注意点もあります。大野教授は、「たとえば抗がん剤治療で白血球や血小板が減っているときに鍼治療を行うと、感染症や出血

補完代替療法という言葉をご存知でしょうか。「病院で提供されていない、保険診療以外の健康に良いとされている施術療法」と患者さんには説明しています。健康食品やサプリメント、鍼灸、マッサージ療法などのほか、温泉やアロマセラピーなども含まれます」と大野教授。この補完代替療法と、近代西洋医学を組み合わせて患者の生活の質（QOL）を向上させることを目的に行うのが、統合医療です。日本では、がん治療の領域において2000年頃から厚生労働省による研究がスタート。2005年に報告された実態調査では、がん患者の約50%が補完代替療法を利用しており、

主治医らに頼って 効果的な活用を

心身を癒すこともある一方で、使い方が次第では毒々になる可能性もある補完代替療法。上手に活用するコツは何でしょうか。大野教授が一番に挙げるのが、主治医とのコミュニケーションです。「病氣と診断されると、不安や恐怖に襲われたり、治療選択に迷ったりします。そのような悩みを解消するため、補完代替療法を利用するケースが多いことが最近わかってきました。ですから、利用する前に、今抱えている悩みを主治医に伝えることで、よりよい解決策が得られる場合があります。もしかすると補完代替療法に頼らなくても済むかもしれません。主治医に限らず、看護師や薬剤師、がん相談支援センターなど窓口はたくさんあります。自分一人や家族だけで悩まず、声を上げてほしいです」。eJIMでは、各種施術療法の紹介だけでなく情報の見極め方なども掲載しています。的確な情報と、頼る力を持つ大切さを再認識したいものです。



PROFILE

医学部附属病院 臨床研究センター
大野 智 センター長・教授
おおの ちとむ

消化器外科が専門でしたが、手を尽くしても亡くなってしまう患者が少なく、免疫療法も学び始めました。一方で、健康食品や免疫療法に多額な金額をつぎこんで後悔したり、だまされたりした人の声を多く聞いたため、正確な情報発信に注力するようになりました。