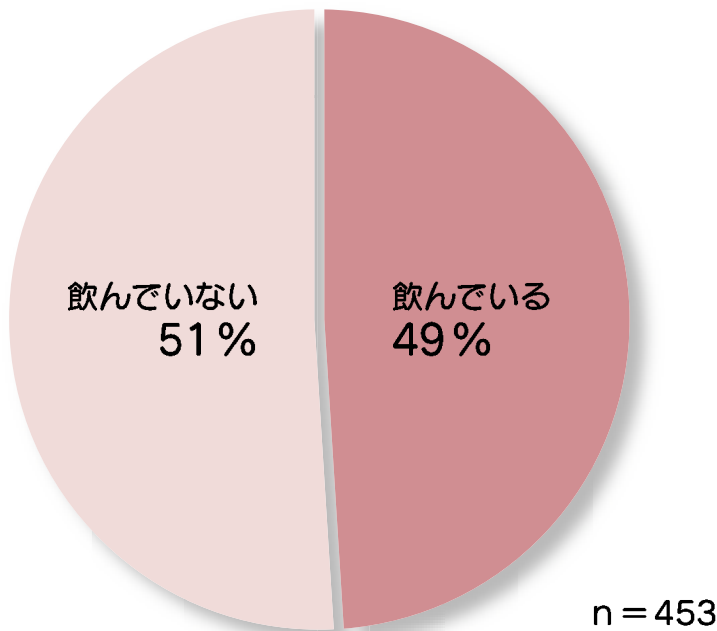


Q. あなたはサプリメントを飲んでいますか？



ご覧のように回答が真っ二つに分かれました。左ページに示した医療スタッフ側の服用実感数より2倍以上多い患者さんがサプリメントを服用しているようです。中でもサプリメントを飲んでいる方にその目的を尋ねると、以下のように体調管理に役立っている方が最も多かったのですが、割合は少ないとはいえ「血糖コントロールをよくする」「糖尿病の合併症やその他の疾患治療に役立てる」と考えている方もいて、注意が必要と思われます。

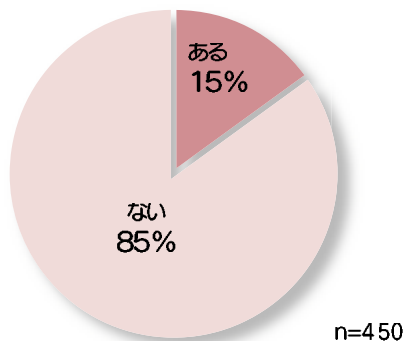
Q. どういう目的のために飲んでますか？

目的	割合
血糖コントロールをよくするため	10%
糖尿病の合併症やその他の疾患治療に役立てるため	13%
体調管理のため	63%
なんとなくよさそうだから	11%
その他	3%

また、サプリメントを摂ってなんらかの変化があったかどうかを聞いてみると「特に実感するような効果はなかった」と答えた方が52%と過半数を占めています。続いて「体調がよくなった」と感じたのは30%、「検査値や血糖コントロールがよくなった」は11%。逆に検査値や血糖コントロールの悪化および体調悪化を

感じた方はゼロでした。とはいえゼロ＝安心・安全と捉えるのは危険かもしれません。一方で、サプリメントを「飲まない」理由として、「宣伝されている効果に疑問がある」39%、「現在の治療に満足している」22%、「治療に悪影響を及ぼす」19%と、摂取への疑問や不安を感じている患者さんが多くいるようです。それでは、かかりつけの病医院で、相談することはあるのか次でみてみましょう。

Q. サプリメントの摂取について主治医や医療スタッフに相談したことがありますか？



ほとんどの患者さんが「相談したことがない」と答えました。自由記述でも、「相談するつもりはない」「薬ではないから自分で判断すればいいこと」と、はなから相

談の意思は低いように見受けられます。

また、サプリメントへの意見として、「国がサプリメントの有効性や副作用などの評価をきちんと行ってほしい」「箱の裏の注意書きに医師への相談を勧めているが、医師はそのサプリメントについて詳細な情報を知らされていないから実際はアドバイスできないのではないか」「輸入製のものにSU剤が含有されているものがあると聞いたことがあるが本当か」等々、情報を求める声が非常に多数寄せられました。

Q. サプリメントの摂取を主治医や医療スタッフから勧められたら購入しますか？

回答	割合
ぜひ購入したい	6%
必要であれば購入する	58%
価格次第で購入する	23%
購入しない	10%
その他	3%

治療に必要であれば購入するとした患者さんが過半数ですが、「血糖コントロールがよくなるサプリメントなんて信じないし、勧める医者がいたら主治医を変えろ」といった懐疑的な意見も多く見受けられました。

コメンテーター

鈴木吉彦

(日本医科大学客員教授・(財)保健同人事業団付属診療所所長)

健康男性で約55%、女性で約62%がサプリメント利用者というデータもあるようです。それと比較すると糖尿病患者ではやや数値は低いようです。有効性が科学的に証明されているものが少ないため医師が勧めないためでしょう。特に動物実験で効果があっても、人での作用が明確に示されていないければ、副作用の心配があります。しかし、コエンザイムQ10、リポ酸、タウリンなどのように、例えば糖尿病性神経障害への効果が示唆されている成分が含まれている場合もあり、その意義を完全に否定はできないと考えます。