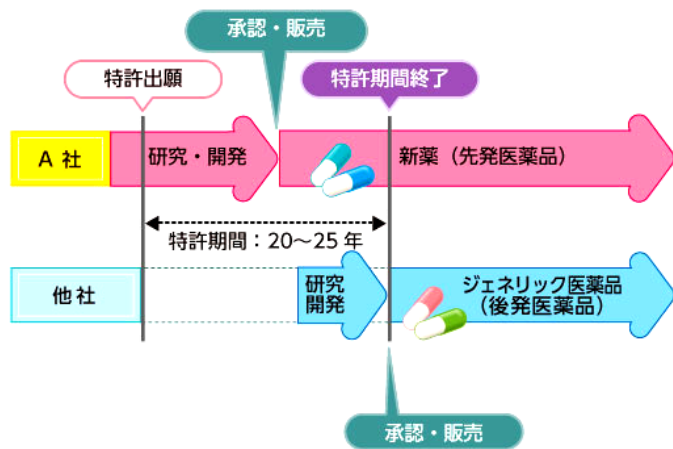


ジェネリック医薬品とは？

医薬品には、一般の薬局・薬店で販売されている「**一般用医薬品**」と、医療機関で診察を受けたときに医師から処方される「**医療用医薬品**」があります。さらに、「医療用医薬品」には、新しく開発・販売される「**先発医薬品（新薬）**」と、先発医薬品の特許が切れた後に同じ有効成分を同量含み、他の医薬品メーカーにより製造・販売される「**後発医薬品**」があり、後者を「**ジェネリック医薬品**」（欧米では一般名（generic name）で処方することが多いため、ジェネリック医薬品と呼んでいます。）とも言います。

ジェネリック医薬品は、厚生労働省から「先発医薬品と同じ有効成分を同量含んでおり、同等の効き目がある」と認められた医薬品です。先発医薬品は、開発に長い歳月と莫大な投資費用が費やされるため、それがコストとして薬の値段に反映されています。ジェネリック医薬品の場合、既に有効性や安全性について確認されていることから開発期間やコストを大幅に抑えられるため、値段を4～5割安く設定することができます。自己負担分を除いた薬代は、公的な医療保険から支払われているため、薬代の削減によって医療保険の支払い額も抑えられ、投入される保険料や税金の負担減になります。

ジェネリック医薬品は「安くて本当に効き目はあるのか」「安全性は大丈夫なのか」との声もありますが、



図：新薬の特許有効期間とジェネリック医薬品

開発にあたって医薬品メーカーにおいて様々な試験が行われており、先発医薬品と効き目や安全性が同等であることが証明されたものだけが、厚生労働大臣によって承認されています。

また、既に販売されているジェネリック医薬品についても、都道府県などの協力を得て検査が実施され、検査結果も公表しています。さらに、品質に対する懸念を示す学会発表などに基づいて、国立医薬品食品衛生研究所を中心に試験検査を実施し、結果の概要を公表しています。効能や効果・用法・用量は基本的に変わりなく、製品によっては、先発医薬品よりも飲みやすくなるように薬の大きさや味、においの改良や、湿気や光に弱いなどの品質面の改善による保存性の向上など、よりよく工夫されたものもあります。

ジェネリック医薬品を希望している場合、病院や診療所、薬局で医師・薬剤師に伝えてください。処方せんに記載されているのが先発医薬品の名称であっても、薬剤師と相談のうえ患者さん自身がジェネリック医薬品を選ぶことができます場合があります。

すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。また、ジェネリック医薬品は先発医薬品と有効成分や効果などは変わりませんが、使用されている添加物が異なることもありますので、アレルギーなどがある場合は選択できない場合もあります。<参照：厚生労働省／政府広報オンライン>

口コモ体操を頑張っ！

50代に入り日々老化を感じているある日、左足股関節あたりが痛みだし整形外科に受診「脊柱管狭窄症・腰椎分離症」と診断。数年間痛みとしびれとの戦い、左足に麻痺まで出現しとうとう手術。手術後は痛みからは解放されるも、今度はしびれ・麻痺との戦いに悩み落ち込んでいたところ、渡会先生の体操を思い出し、わらにもすがる思いで北診療所を受診。渡会先生からコーナースクワットや口コモ体操を習い「トイレに行ったらスクワット10回」を実

施していたところ、太もものしびれが知らないうちに改善。地道な体操の効果を実感！現在もしびれや麻痺は残っていますがその症状と上手く付き合って生活しようと考え直し、近所のスポーツクラブに通い、コーナースクワットとストレッチは毎日の日課にしている日々です。

（王子生協病院 職員）



北診だより

二〇一七年 六月号



2017年6月1日
東京都北区
東十条2-8-5
生協北診療所
TEL
03(3913)5271
「北診だより」
作成委員会発行

発行責任者
関根 覚



http://hokuto-kita-clinic.jp/

アニサキス症について



アニサキスは体長 20mm~30mmの寄生虫の仲間、クジラなどの海洋ほ乳類のお腹の中で成虫になり産卵します。クジラのフンと共に排出された卵は、やがて中間宿主のオキアミと呼ばれるプランクトンに食べられ、幼虫に成長します。アニサキスの幼虫が寄生したオキアミを補食した魚では成虫になれず、おもに内臓部分にとどまり、終宿主であるクジラやイルカなどに捕食されるのを待っています。

アニサキスの多くはサバなどの魚介類の内臓部分に寄生していますが、一部は筋肉部（刺身の部分）へも移行します。

これを、生に近い状態でヒトが食べると、主にお腹の中で胃や腸に突き刺さることがあり、アニサキス症と呼ばれる激しい腹痛（食中毒症状）を起こします。（劇症型と緩和型、さらに胃アニサキス症および腸アニサキス症に分けられる）

アニサキス症の予防に最も有効なのは、海産魚介類の生食を避けること、冷凍処理または加熱調理を行うことです。魚の内臓まわりの筋肉部へ移行する機会が多いことから、生食の場合には出来るだけ早期に内臓と内臓まわりの筋肉部を取り除くことが感染防止に有効です。

<参照：東京都健康安全研究センター/アカイブセンター>

草取りを行いました

今年も生協北診療所周りの草取りを5月17日に理事さんと組合員さんにご協力して頂き行いました。職員も合わせて6名で作業を行いました。天気は曇りで限られた時間でしたが、作業前と後では驚くほどきれいになりました。ご協力ありがとうございました。



◆北診だよりはパソコンでホームページからご覧になれます。 <http://hokuto-kita-clinic.jp/>

◆表題下のQRコードでスマートフォンからもご覧になれます。

神谷堀健康デー



5月27日（土）、恒例の“神谷堀健康デー”を実施しました。前もって神谷堀ハイットにお誘いビラを配り、生活習慣・血圧・体脂肪・お口の酸性度・尿・血管年齢・骨密度をチェックしました。ビラを見て参加したのは3名、計13名の方がチェック。（ほくとへの折り返し込みを忘れたのが失敗！）

特に、塩分チェックは「普段健診ではしないので…」と皆さんの関心が高かったです。8gが1名、12gが2名が高い数値で、外食が多い、みそ汁を毎食飲んで、味の濃い物が好きという方たちでした。私たちが日頃の食事についてアドバイスしましたが、「看護師さんにきてもらってチェックの結果を相談できる」といいね、それが医療生協らしいね。」との感想がありました。



神谷堀支部
臼坂弘子



お盆期間の休診のお知らせ

8月11日（金）・12日（土）・13日（日）・14日（月）・15日（火）は休診とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご了承下さい。



2017年度北区特定健康診査

●北区国民健康保険に加入している方へ

北区特定健診が6月1日（木）から始まっています。

40歳~74歳まで（昭和17年9月7日から昭和53年3月31日に生まれた方）の方が6月1日（木）から8月31日（木）まで。

75歳以上の方は9月7日（木）から10月31日（火）までです。

日頃、診療所にかかれていない方もこの機会に健診を受けましょう。

