



ISBN978-4-498-01218-9

C3047 ¥5800E



9784498012189

定価 本体 5,800円 + 税



1923047058003

IP

 森 正樹  
 門脇 孝  
 西崎泰弘

IP

目次 xi

9. サプリメントとその指導 563

F. 防災対策	525
6. けんしんと個人情報保護	(西崎泰弘) 527
A. 個人情報保護法とは	527
B. 健康診断や健康増進における個人情報とは	528
C. 個人情報保護と事業者の義務	529
D. 個人情報の利用について	530
E. 個人情報保護と研究倫理	533
F. プライバシーマーク制度	536
7. 健診と感染予防	(今井鉄平) 538
A. 健診実施機関の対応	538
B. 健診受診者に求める事項	540
8. ストレスチェック制度	(中村 純) 542
A. ストレスチェック制度成立の背景	542
B. ストレスチェック制度の実態と課題	545
9. サプリメントとその指導	
1) サプリメントの基礎知識	(菊地恵子 石垣洋子) 548
A. 保健機能食品制度の変遷	550
B. サプリメントの安全性確保のために	555
C. 「健康食品」の安全な情報収集について	556
D. 医療従事者によるサポート	558
2) 健診・人間ドックでのサプリメント指導	(久保 明) 563
A. 問診	563
B. サプリメントとは	563
C. サプリメントのエビデンス	566
D. サプリメントの光と影	569
E. Senolytics 老化細胞除去剤という選択	570
10. 健康保健の現状と重要性	
1) 産業保健と健診	(加藤秀平) 573
A. 産業保健の現状: 労働者の健康問題の多様化・深刻化	573
B. 令和2年度の過労死等の労災補償状況	575
C. 産業保健の重要性	577

## 9 サプリメントとその指導

### 2) 健診・人間ドックでのサプリメント指導

#### A 問診

まず問診票によって本人の現病歴、服薬状況などとともに服用しているサプリメントをチェックする。サプリメントに関しては主治医を含めて明らかにしていない場合もあるので注意が必要である。以前はサプリメントと相互作用のある薬剤としてワルファリン、インスリンや経口血糖降下薬、ジゴキシン、アスピリンなどが重要であったが経口直接Xa阻害薬 (DOAC) など薬剤使用状況の変化も把握しておく。一方サプリメントの成分からみた薬剤との相互作用に関する米国家庭医協会の勧告を表1にあげる<sup>9)</sup>。高リスクのセントジョーンズワートは気分の落ち込みに対しての統合医療的アプローチで用いることもあり、イチョウ葉やノコギリヤシもサプリメントに含まれていることが少なくない。そのほかカルシウムがニューキノロン系、テトラサイクリン系抗菌薬の効果を低下させること、ビタミンCが抗真菌薬のフルコナゾールの活性を低下させる可能性がある。ビタミンDが脂質代謝改善剤のアトルバスタチンの濃度を低下させる点は臨床的に大切なポイントとなる。

#### B サプリメントとは

消費者庁によるサプリメント、健康食品の分類を図1に示す。図1は健診・人間ドック受診者への指導を行う場合の参考となる。調査の地域、年代などによって差はあるが東京都の2016年の調査では1年間の健康食品使用状況は66%で男性62%女性71%であった。また医薬品との併用は31%であった。特定保健用食品 (トクホ) は最終製品を用いたヒト試験が義務づけられ、査読のある雑誌への投稿が必須となる。トクホのなかで疾病リスク低