ジェネリック医薬品について

薬剤師　**矢部　勝茂**

◆「ジェネリック医薬品」って何?

処方される薬には「先発医薬品（新薬）」と、同じ成分、同じ効果で価格の安い薬「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」があります。

「新薬」として最初に発売された薬は特許に守られ、開発したメーカーが独占的にその薬を製造販売することができます。これが「先発医薬品」です。

しかし、20～25年の特許期間が切れると、他のメーカーも同じ成分、同じ効果の薬を製造できるようになります。これが「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」です。

◆「ジェネリック医薬品」はなぜ安い?

先発医薬品は、その成分から開発し、有効性、安全性を確認後承認されて販売されるため、研究に20～30年かかるといわれ、その費用も200億～300億円と莫大です。

しかし、ジェネリック医薬品はすでに使われている有効性も安全性も確かめられた成分ですから、承認までの手続きが少なくなります。開発や研究にかかる時間も金額も少ないので、国が先発医薬品より安い価格に設定しています。

◆効き目はきちんとあるの?

ジェネリック医薬品は、先発医薬品の成分の有効性と安全性が確かめられた後に発売されています。また、ジェネリック医薬品は様々な試験を行って、先発医薬品と同等であることが確認されてから発売されますので、先発医薬品と同じ効果が認められています。

◆「ジェネリック医薬品」を使うメリットは?

患者様の薬代の負担が減り、医療費の節約に役立ちます。

また、慢性疾患では、薬代が高いという理由で通院や薬の服用をやめてしまう人も少なくありません。しかし、薬は飲み続けることが大切です。ジェネリック医薬品の使用により、正しい治療を無理なく続けられる環境が整います。

◆どのくらい安くなりますか?

少し体調を崩して薬をもらっても、すぐに治ってしまう場合では、薬代はあまり気にならないこともあります。しかし、生活習慣病や慢性疾患では、ずっと薬を飲み続けることが大切な為、薬代は高くなります。また、複数の薬を飲んでいる場合、その差はさらに広がります。

長期間の処方を受けた場合、ジェネリック医薬品に一度に変更することに不安がある場合は、1週間分や2週間分だけジェネリック医薬品に変更することもできます。また、複数の薬を処方された場合、1種類はジェネリック医薬品に変更し、他は変更しない処方もできます。

栄養科通信

冬に備えて体力アップ!!

気温もだいぶ下がり冬の気配を感じる季節になりました。

今回はこれからが旬の山芋についてお話しします。

山芋は芋類の中では唯一生食できるのが特徴で、精のつくことから、別名「山うなぎ」とも呼ばれています。有効成分であるアミラーゼが消化を促すので、虚弱体質や病後の回復に効果があります。ムチンはたんぱく質の吸収を促進するので、一緒に食べたものの消化吸収がよくなり滋養強壮の効果があります。さらに、コリンは新陳代謝を促し、サポニンは抗酸化作用があり、カタラーゼは活性酸素を解毒してくれます。

食べ方のポイントとしては加熱すると酵素の働きが弱まるので、薬効を得るなら生食がよいでしょう。また、酵素の効果は細胞を細かくする方が効果的なので、すりおろすとさらに良いでしょう。

山芋で風邪やインフルエンザに負けない体にしましょう!!!

五目とろろ　レシピ（4人前）

材料

山芋……150ｇ	わけぎ……2本
鶏もも肉……100ｇ	だしの素…小さじ1/2
ちくわ……小1/2本	酒……大さじ1
干ししいたけ…2枚	塩……小さじ1/2
人参……2cm	薄口醤油…少々

＜ 作り方 ＞

① 干ししいたけは水につけて戻し、1cm角に切る。戻し汁はとっておく。

② 鶏肉、ちくわを1cm角に切る。人参はいちょう切りにし、わけぎは1cm幅に切る。

③ なべにしいたけの戻し汁と水を合わせてカップ1にし、だしの素を加えて混ぜる。酒、塩で調味し、しいたけ、人参を加えて火にかけ、煮立ったら鶏肉を加えて煮る。

④ ③が煮えたら薄口醤油少々を加え、すまし汁より少し濃いめに調味する。ちくわ、わけぎを加えて火を止め、ざるに通して具と汁に分ける。

⑤ 山芋は皮をむいてすりおろし、④が冷めたら、汁を少しずつ加えて、混ぜ合わせ、最後に具を加えて混ぜたら完成。お好みでご飯にかけ、のりを散らしてもよい。

〈栄養成分〉1人分
◎エネルギー:225kcal ◎たんぱく質:15g ◎脂質:10g ◎炭水化物:13g
◎食塩相当量:2.0g ◎ナトリウム:750mg

管理栄養士　都築　里美

みんなで止めよう温暖化 チーム・マイナス6%

聖隷 さくら通信

11月号

Seirei Sakura Tsushin
Nov.10.2009
発行者/南　昌平
vol. 64

10月30日（金）、C3病棟にてハロウィンを行いました。職員が仮装し、患者様のお部屋を回ったり写真を撮ったり、楽しい一時を過ごしました。

＊川柳の展示を行いました／新任医師紹介
／聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報
＊漢方治療の面白さ（1）＊ジェネリック医薬品について
＊各科外来担当および診療内容　＊今回はタバコのお話です
＊栄養科通信『冬に備えて体力アップ!!』

愛をテーマに、地域とともに
聖隷佐倉市民病院
〒285-8765 佐倉市江原台2-36-2
Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

川柳の展示を行いました

10月19日（月）～30日（金）まで、幕張川柳会・からたち川柳会の皆さんの川柳の展示を行いました。来院されたたくさんの方が足をとめ、川柳を楽しみました。

新任医師紹介

10月16日より1名の医師が就任しました。どうぞよろしくお願いします。

健診センター
楠目　健一（医籍1995年）

プロフィール
●出身→高知県　●好きな食べ物→ヤクルト　●好きな色→虹色　●好きな言葉→「愛こそすべて」・「正義は必ず勝つ」　●趣味→作詞作曲　●特技→自分の歌声で泣けること　●一言→人の笑った顔を見るのが大好きです。仕事でもプライベートでも、皆さんの笑顔を守るために、これからも頑張っていきます。

聖隷コミュニティケアセンターからお役に立つ商品情報

【負担軽減サポーターひざ用のご紹介】

ひざに不安のある方で、立ち上がりや階段の昇り降りがつらい時などに、毎日使える、ソフトで動きやすく肌触りの良い、ひざ用サポーターをご紹介します。

■製品の特長

☆両脇のコイルボーン
ひざの曲げ伸ばしを妨げることなく、ソフトにサポート。

☆上下のマジックベルト
留める向きを上下で変えて、ひねり固定効果でひざを支え、さらに内蔵式ダブルベルトでひざ全体をきっちり押さえ、ブレを防ぎます。

☆さらさらなメッシュ素材
肌側の吸収速乾素材と外側のメッシュ素材により、ムレを軽減します。

聖隷コミュニティケアセンター佐倉店にてM～L、L～LL各1枚入り、3,360円（税込）で販売中です。是非お立ち寄りください。

各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。
■月に1度、保険証の提示をお願いいたします。
■**受付時間　8:00～11:00**（但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします）
●診療に関するお問い合わせ〈直通〉**043-486-8111**
●予約受付・変更……〈直通〉**043-486-1155**
月～金9:00～17:00（土は12:00まで）
●夜間受付……〈代表〉**043-486-1151**
■ホームページ　http://www.seirei.or.jp/sakura/

総合内科	月	火	水	木	金	土
初　診	恩田 若林	上田 小川（恵）	住吉 櫻庭	若林 田中（宏）	野手村 内間【第1・3・5週】 堀【第2・4】	交替制

◎必要に応じて専門外来へ紹介いたします。

腎臓内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	鈴木	鈴木／藤井 田中（宏）	藤井	田中（宏） 紹介患者様のみ対応	鈴木	—

消化器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	齋藤	—	佐藤	佐藤 齋藤	住吉	—

内分泌代謝科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	佐々木	—	佐々木 石川	佐々木	藤原	—

循環器科		月	火	水	木	金	土
再　診	午前	横山	市本	鳴海	—	横山	—
	午後【予約制】	—	—	横山	—	—	
ペースメーカー外来【午後】		—	—	—	—	横山	—
不整脈外来【午後】		—	—	—	—	堀	—

健診後外来	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	—	—	—	久保田	—

神経内科		月	火	水	木	金	土
初診・再診【予約制】	午前	磯瀬	山本	—	—	小川（恵）	—
	午後	—	小川（恵）	—	—	—	—

呼吸器内科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】完全予約制	—	—	—	小林（健）	—	—

メンタルヘルス科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	—	—	中里	谷渕	—	—

和漢診療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制	—	笠原【午後】	—	—	—	小川

緩和医療科	月	火	水	木	金	土
完全予約制【午後】	関谷雄	—	—	川島	関谷雄	—

小児科		月	火	水	木	金	土
初診・再診	午前	森 鈴木（繁）	川村 鈴木（繁）	川村 森	森 鈴木（繁）	川村 森	交替制
	午後	森	鈴木（繁）	川村	鈴木（繁）	川村	—
腎臓外来【午後】		—	川村	—	森	—	—
その他		乳児検診 予約制 予防接種 予約制	—	予防接種 予約制	—	予防接種 予約制	—

婦人科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	柴田	柴田	柴田	柴田	柴田	—

外　科	月	火	水	木	金	土
初　診	武内	有田	小池	川島	大島	交替制
再　診	有田 小池 柏原	川島 廣橋	大島 武内	田中 有田 柏原	—	—
ストーマ外来 完全予約制【午後】	武内	—	—	—	—	—
化学療法外来	—	—	—	—	篠崎	—
乳腺外科	—	—	川島	木下	—	—
血管外科	—	田代	—	—	田代	—
硬化療法外来 完全予約制【午後】	—	—	田代	—	—	—

呼吸器外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	恩田	眞崎	櫻庭	眞崎	眞崎【受付 10:00まで】	—

整形外科	月	火	水	木	金	土
初診・予約外再来	小谷	古志	茂手木	根本	赤澤	交替制
初診・再診	南／赤澤	永原	南	永原	—	—
再　診	茂手木	根本 小谷	赤澤	茂手木 古志	根本／小谷 古志	—
股関節外来	—	—	—	岸田	—	—
側弯症【午後】	—	—	南／小谷／赤澤	—	—	—
脊椎脊髄（せぼねセンター）【午後】	茂手木	—	—	—	古志	—
透析脊椎 完全予約制【午後】	—	根本	—	—	—	—
膝・スポーツ外来【午後】	—	—	—	—	永原	—
骨粗鬆症 第2・第4水曜【午後】	—	—	吉村	—	—	—

形成外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	—	宇井	宇井	—	宇井	—

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土
リハビリ外来	児山【完全予約制】	—	—	—	髙橋	—
神経内科外来	児山【完全予約制】	—	—	—	—	—
嚥下外来	—	—	—	—	髙橋	—

脳神経外科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	—	—	—	角南	—	—

泌尿器科	月	火	水	木	金	土
初　診	今本 大西	神谷	紹介患者様のみ 大西	五十嵐	紹介患者様のみ 大西	—
再　診	受付10:30まで					

眼　科	月	火	水	木	金	土
初診・再診	渡辺【完全予約制】	渡辺	渡辺 高橋	高橋	渡辺 高橋	—
	受付10:30まで					

皮膚科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午後】	野老【受付 15:00まで】	—	—	木村	—	—

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土
初診・再診【午　後】	—	黒崎/山崎 交替制	—	—	久満	—

今回はタバコのお話です

健診センター　保健師　**高柳　美奈子**

秋も深まってまいりました。今年の健康診断はもうお済みですか?

最近、健康診断をお受けにいらっしゃる方の中に「タバコをやめました」と話される方がだんだん増えているように感じます。

どのようにして禁煙に成功したのか尋ねると「禁煙外来に通ってニコチンパッチを貼ってやっとやめられた」「体調を崩してタバコが吸えなくなり、その後体調が良くなってもせっかくだからと禁煙を続けたら自然に禁煙できてしまった」など大変苦労して禁煙した方もいれば比較的簡単に禁煙できてしまう方もいるようです。

またタバコを吸いたいですか?と尋ねると「禁煙して何年たっても吸いたいと思っているが我慢している」「全く吸いたいとは思はない」これもお答えは様々です。それまでヘビースモーカーだったかどうかも一概には言えないように感じます。

いま禁煙しようかなとお考えの方にはいろいろなお助けグッズがあります。禁煙外来で処方される飲み薬も登場しましたし、パッチ（貼り薬）やガムは薬局で購入できるようになりました。読んでいるうちにたばこを吸う気持ちが変化して禁煙できる本も本屋さんで購入できます。インターネットで禁煙に成功した先輩にアドバイスを受けながら禁煙しようというものもあります。

多くの方に効果があったという方法でも万人がうまくいくとは限りません。禁煙の方法で何が一番効果があるかは人それぞれのようです。

タバコをやめた方で「禁煙してこんなに気分爽快になるとは思わなかった」と驚きを表現された方もいました。

禁煙したことによって体験できる爽快感はたばこを吸い続けた人にしか味わえません。思わず人に話したくなるような発見があるかもしれませんよ。

漢方治療の面白さ（1）

和漢診療科　**小川　真生**

「南薫を求めんと欲せば北ヨウを開け」という言葉があります。

「南薫」とは、南からの心地よい風のこと。「北ヨウ」とは、北側の小窓という意味です。つまり、「南からの風を通したいのなら、北の窓を開けなさい」ということになります。これ自体は中国の古い言葉だと云いますが、原典ははっきりしません。ただ漢方治療の要点を含んでいる重要な言葉です。 江戸末期から明治期の漢方の大家浅田宗伯（1815-1894）の『勿誤薬室方函口訣（ふつごやくしつほうかんくけつ）』の「大黄甘草湯」の項に、この言葉が出てきます。

胃の詰まりによる嘔吐を改善するために、消化管で、口と反対側の大便を通ずることで気を通じてその解決を得るのであるといっています。妊娠のつわりで便の出ない者にも効果がある、とのことですが、エキス剤の注意事項には「大黄には子宮収縮作用や骨盤内臓器の充血作用により流産・早産の危険性があるので、大黄 の量の多いこの方剤を妊婦に使うことは望ましくない」という内容が書かれていて、私は大黄甘草湯を妊婦に使ったことはありません。

中国医学史上の名医の1人、朱丹渓（1281-1358） は、小便が出なくなり、他の医者が今で云う利尿作用の強い方剤を使ってもまったく治らない患者がいたところ、「これは肺に痰が溜まるためで、肺の気を通せば、下半身の小便も出るようになる」と云って、難治性の排尿障害を治療したと伝えられており、浅田宗伯はそれも同じ理屈だと云っています。咳がつづく子どもに、咳止めを処方してもなかなか治らない。お腹を診ると便秘だったり、便秘とはいえぬまでも便がたまっている。こんなときに、小建中湯などで便通をよくすることで、咳が治ったりすることがあります。これも同じ理屈だと思います。