



グリーンポトスニュース

53号：2002年1月

あけましておめでとうございます。本年も、このグリーンポトスニュースとともにかめざわクリニックをよろしく御願致します。

健康と薬

新年を迎え、健康のために散歩やジョギング等を始めた方も多いのではないのでしょうか。私たちにとって、健康はかけがいのない財産です。規則正しい生活をする。暴飲暴食はしない。これらは健康の基本かもしれませんが、しかし、我々の生活は、ストレスとの闘いであり、どちらかと言えば、この健康を脅かすことが多いです。

高血圧や糖尿病、高脂血症などは一昔前、成人病と呼ばれていましたが、現在は、「生活習慣病」と改められました。これは、運動不足や食生活等の生活習慣が病気の発症に大きく関わっているからです。ですから、より良い生活習慣を身につければ、生活習慣病を克服できるのです。しかし、なかなか現実には難しいものです。

そこで、我々の健康の手助けになるのが、薬なのです。「血圧の薬を一度飲むと一生飲まなくてはいけないから飲みたくない」という声を聞きますが、現在の降圧剤をはじめとする生活習慣病の薬は副作用も少なく、長期に飲むことを前提に製造してあります。ですから、一般に考えているよりも副作用は少ないのです。医師から処方される薬は、その人に必要だから処方しているのであり、服用しないと病状が悪化する可能性があるのです。



薬はできれば、飲まないほうが良いです。しかし、画期的な新薬のお陰で、病気がなくなり、寿命が延びてきたのも事実です。抗生剤の発達により、結核をはじめとする感染症を克服してきました。また、ワクチンの開発により様々な病気から我々の身体を守り、人類は、天然痘を根絶に追い込みました。その過程には、副作用により、不幸な出来事もありましたが、その都度、製造過程、服用の仕方などを見直し、我々の健康に寄与してきました。現在は副作用情報をいち早く公開することにより、事故を未然に防ぐ工夫もされてきています。医師から処方される薬は、我々の健康を守るあるいは回復させるためのものです。正しく服用し、健康な生活を送りましょう。