

補完代替医療を抜きにしては 米国医療を語れぬほど国民に浸透

米国民の実に4割が利用、
薬剤費には及ばぬものの年間339億ドルを国民が支出

河野可奈子 ハワイ大学医学部医学教育 Visiting scholar
町 淳二 ハワイ大学外科教授、野口医学研究所理事長

現在の米国ヘルスケアを語る中で、カイロプラクティックやサプリメントなどの補完代替医療(CAM: Complementary and Alternative Medicine)を無視することはできない。アメリカ疾病予防管理センター(CDC)が発表した最新のレポートによると、2007年、米国民は年間476億ドルを医療

用医薬品に出費している一方、補完代替医療に339億ドル出費している。ここ10年で、米国民の補完代替医療への出費は急速な拡大の一途を辿っている。

9月号では、この補完代替医療に焦点を当て、米国民の健康維持に対する意識にも迫ってみたい。

補完代替医療に対する注目上昇

健康保険による補完代替医療の償還も増加

米国民の補完代替医療の関心の高さを背景に、アメリカ国立衛生研究所(NIH: National Institutes of Health)は1992年、補完代替医療の研究・評価を行う部署となる国立補完代替医療センター(NC-CAM: The National Center of Complementary and Alternative Medicine)を設置した。設置当初、国立補完代替医療センターは200万ドルの年間予算が配分された。現在は、その20倍に当たる4,000万ドルの年間予算が組まれている。この予算額の飛躍的増大からも容易に推測できるように、補完代替

医療への米国民の期待度は、かなり高い。

1992年時点では補完代替医療を「米国医学部で一般的に教えている医療・治療行為ではなく、また米国の医療機関(病院)などで通常行われているものではないアプローチ」と、定義付けていたが、現在はこの定義は当てはまらない状況を迎えている。それは、全米医学部の半数以上が補完代替医療の講義・教育を行っているからである。さらに、ハーバード大学、コロンビア大学、スタンフォード大学においては、独自に補完代替

医療の研究所を設置して研究と教育に積極に取り組んでいる。一方、医学生の間でも、補完代替医療への関心が高くなってきている。

米国には日本のように国民皆保険は存在せず、米国民は民間の健康保険を購入しているのが一般的だ。1997年に、オックスフォードヘルスが全米で初めて健康保険で代替医療費をカバーする健康保険プランを打ち出し、針治療費等をカバーするようになった。その後、このように補完代替医療の保険償還できる健康保険プランが続々登場した。私(河野)が、使っていた健康保険もカイロプラクティック・針治療が保険でカバーされており、自己負担額30ドルで受診可能であった。

ワシントン州においては、法律で補完代替医療の償還が保障されている。即ち、米国ヘルスケアを語る上で、補完代替医療への患者の期待度や医学部においても研究及び教育がなされている点、あるいは民間保険会社も実用性を認めている点等を考慮に入れると、補完代替医療の重要性を無視することはできない。

補完代替医療の定義とは?

現代西洋医学以外の医療の総称

補完代替医療の内容は多岐にわたり、常に変化しているため正確に補完代替医療を定義するのは難しいが、アメリカ国立衛生研究所に属する国立補完代替医療センターは、「補完代替医療は現代西洋医学以外の医療の総称」と明記している。ここで言う西洋医学とは、医師・看護師・理学療法士・カウンセラー等の各分野で学位と免許を取った者による医療行為である。

国立補完代替医療センターによると、補完代替医療は Alternative Medicine System、Mind-body Intervention、Biologically based Therapies、Manipulative and Body based Medicine、Energy Therapies と、5つに分類されている。

1. Alternative Medicine System (代替医療システム)

伝統中国医学(Traditional Chinese Medicine)、インド医学(Ayurveda)、ナチュロパティ(Naturopathy)、ホメオパティ(Homeopathy)等で、理論体系と実践体系がある。伝統中国医学等は、数百年の歴史・伝統があり中国の国民の健康維持に貢献してきた。

2. Mind-body Intervention (心身医療システム)

催眠術(Hypnosis)、瞑想(Meditation)、祈祷(Prayer)など、心理面からのアプローチで身体機能・症状の改善を図るもの。

3. Biologically based Therapies (生物学に基づく療法)

食事療法(Diet)、ビタミン(Vitamins)、薬草療法(Herbs)、サプリメント(Supplements)を利用し身体の改善を図るもの。

4. Manipulative and Body based Medicine (手技・ボディーワ

ークに基づく療法)

針、マッサージ、カイロプラクティック等の体全体、若しくは一

腰痛に対して補完代替医療が人気(文献1より)

腰痛患者の74%がカイロプラクティック、22%がマッサージ利用

2007年、腰痛治療のガイドラインとして、The American College of Physicians and the American Pain Society は、「医師は、痛みの改善がみられない腰痛の患者に補完代替医療(ヨガ・針治療・マッサージなど)の取り入れを積極的に考えるべきだ」と発表している。

現在、米国民の約15~30%は腰痛に悩まされており、腰痛は外来診察を受ける理由の第2位である。驚くことに米国では、病院外来に行き医師に診察してもらうより補完代替医療による治療(カイロプラクティックや針治療)の方が腰痛患者には人気がある。具体的にどのような補完代替医療を受けているかということ、74%に当たる約400万人はカイロプラクティック、22%にあたる約120万人はマッサージ、そして約8%の人は薬草療法、ヨガ、針治療等を受けている。また、69%の人が1つの補完代替医療、21%が2種類の補完代替

部に触り治療する療法。

5. Energy Therapies (エネルギー療法)

気功・霊気等科学的に証明がされていない身体に内在するエネルギーを利用し身体の改善を図る療法。

医療を組み合わせ、8%が3種類の補完代替医療を組み合わせ、1%が4種類の補完代替医療を組み合わせる腰痛治療をしている。カイロプラクティック・マッサージ・ヨガの治療を受けている半数以上の人は、補完代替医療は有効であると答えており、針治療においては4割の人が、薬草療法は3割の人が有効であると報告している。

腰痛治療に補完代替医療を使った理由は、自分自身が補完代替医療に興味があった(48%)、西洋医学では効き目がなかった(27%)、医師に勧められた(24%)、西洋医学の治療代が高額であった(13%)ため、53%の腰痛患者は西洋医学と一緒に使っている。1997年と2002年の針治療を受けた腰痛患者のデータによると、針治療を受ける人は、この5年で5倍近くに増えた。

その理由としては、1997年にオックスフォードヘルスが全米で初

コラム1. 補完代替医療の語源は?

Complementary and Alternative Medicine (補完代替医療)は、2つの語句から成り立っており、最初の Complementary Medicine (補完医療)とは、西洋医学と一緒に医療行為を表す。

例えば、腰痛に西洋医学のアプローチ(鎮痛剤の服用)をしつつ針療法などを行い、痛みの軽減を目指すものをいう。Alternative Medicine (代替医療)は、西洋医学の代わりに用いる療法を示す。

めて健康保険で補完代替医療費をカバーする健康保険プランを打ち出し、その後、次々と大手民間健康保険会社が補完代替医療費をカバーするようになったためである。

補完代替医療利用状況の変遷(文献2,3より)

利用者が年々増加、2007年には18歳以下でも11%利用

〈1990年代の使用状況〉

「1991年、米国民の3割が補完代替医療を利用、137億ドルが補完代替医療の支払いに」

1991年に実施された補完代替医療利用状況調査によると、34%の米国民が補完代替医療を利用していた。この補完代替医療とは、米国の医療機関(病院)などで通常行われていないアプローチ、即ち

その他の理由としては、1997年にはライセンスを持った針治療を行う者が9,000であったが、2002年には1万8,000以上となり患者は治療院に行きやすくなったことがあげられる。

針治療・カイロプラクティック・マッサージなどである。補完代替医療を受けた人は年間平均19回補完代替医療を受けており、受診1回の平均支払額は27.60ドル(約2,500円)であった。その治療目的は、腰痛・アレルギー・関節炎・疲労感・頭痛などの症状改善目的で、生命の危機にあるような疾患の治療のためではなかった。

興味深いのが、補完代替医療を受けた人の73%は、担当の医師に補完代替医療を受けたことを告げていなかった。米国民は、延べ4.3億回、補完代替医療を受けたことになり、これは通常の医療機関への延べ受診回数3.9億回を上

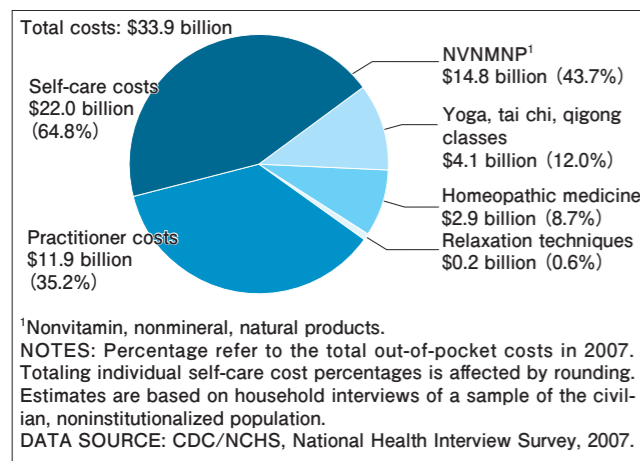
回ったことになる。金額ベースで見ると、補完代替医療機関へは約137億ドル支払われ、病院などの医療機関への支払額128億ドルを超えた。このことから米国民の補完代替医療に対する関心・期待度が高いことがうかがえる。ちなみに1997年には、米国民の42.1%が補完代替医療を受診しており、延べ6.3億回受診し、補完代替医療機関への支払額は、1990年と比べ45%増の212億ドルとなった。

〈2007年の使用状況〉

「2007年、米国民の4割が補完代替医療を利用、339億ドルが補完代替医療の支払いに」

アメリカ疾病予防管理センターの2009年7月30日に発表された最新のレポートによると、2007年は、38.3%の米国成人(8,300万人)、11.8%の18歳以下の子供が(850万人)が補完代替医療を使っていた。金額ベースで見ると、年間339億ドルが補完代替医療に使われており、この10年間で約127億ドル増えたことになる。この339億ドルの内訳は、220億ドルがセルフケアコスト、119億ドルがプラクティショナーコスト(鍼灸師やカイロプラクター)への支払いである。セルフケアコストとは、NVNMNP(ビタミンやミネラルでないハーブ等のナチュラル製品購入代が148億ドル)、ヨガなどのクラスの参加費(41億ドル)などである。年間、約

表1 2007年度米国民の補完代替医療費の内訳



(http://www.cdc.gov/NCHS/data/nhsr/nhsr018.pdfより抜粋)

4,000万人の成人がカイロプラクティック・針療法・マッサージ療法を

受けており、その支払額の平均は1回120ドルほどであった(表1参照)。

アメリカはサプリメント王国

サプリメント大量購入者は健康に配慮しているのか疑問

ハーバード大学のアイゼンバーグ博士が1993年に、米国民の3割は補完代替医療を受けており、一般的な医療機関である病院にかかる(外来受診する)よりも補完代替医療を受診している人の方が多いと「The New England Journal of Medicine」という大権威のある医学雑誌に発表した。この発表は、米国医学会にとって大変驚きとともに、米国政府としても補完代替医療の有効性・安全性を見極めていかなければいけないという動きを強め、1994年にはDSHEA(Dietary Supplement Health and Education Act)という法律を制定した。一般食品扱いされ効能効果を表示できなかった製品が、このDSHEAの制定後、製品の効能効果を表示する事が出来るようになり、米国サプリメント全盛時代を迎えることにつながった。

米国人のニーズと商業ベースのサプリメント会社の商業戦略が上手く合致し、1990年は年間9億ドルの売上高であった高容量ビタミン剤は、1997年までには年間33億ドルの売上高をマークする驚異的な伸張を示した。更に2000年に入ると、サプリメント全体としては年間187億ドルにまで急成長をした。

2007年の最新データによると、17.7%の米国民は何らかのサプリメントを服用しており、成人において最も人気のあるサプリメントは魚のオメガ3(fish oil/omega 3)、続いてグルコサミンA、エクネシアであった。また、ビタミン剤においては、総合ビタミン、ビタミンE&C混合剤、カルシウム、

総合ビタミンB剤の順であった。年間237億ドルの売り上げを誇るサプリメントは通常、ナチュラルフードショップや食料品スーパーマーケットやドラッグストアなど、あらゆる小売店で簡単に購入できる。サプリメントがこのような普及した理由はいくつかあげられるが、まず第一に考え浮かぶのは、米国は国民皆保険がなく医療費が大変高額であるという背景だ。従って、米国民の間では健康保険などに頼らず自分の健康は自分で管理し、病気に罹らないようにしなくてはならないという意識が非常に強い。

その他の理由として、ベビーブーマー世代がサプリメントを購入し、消費する人たちの特徴を鮮明に表わしてしている。1993年のハーバード大のアイゼンバーグ博士の調査によると、補完代替医療を積極的に使っている人は、大学教育を受けた人、年収が5万ドル(約450万円)以上の収入で、アメリカをまさに支えている中間層世代であった。実は、その世代とは1943年から1960年に生まれたベビーブーマー世代である。アイゼンバーグ博士の調査から17年が過ぎた現在、このベビーブーマー世代が50から70歳代を迎えて経済的にもゆとりができ、子供にも手がかからなくなり、自分の健康への関心がいっそう強まり、サプリメントなどの補完代替医療への関心・購買意欲がますます高まっている。

巨大スーパーや食料品店、もしくはコストコのような会員制倉庫型店でアメリカ人の買い物を観察すると、日本で生まれ育った私(河

野)にとっては驚きの連続である。店の入り口近くにあるサプリメントコーナーで、体重が気になるからと言って500カプセル入りの食物繊維のサプリメントを、日焼けが気になるのでと1,000錠入りのビタミンCを、心臓のため(心筋梗塞、狭心症等の予防のため)にコエンザイムQ-10とフィッシュオイル・オメガ3を、ショッピングカートに次々と入れていく。

ここまでなら、本当に健康維持に関心が高いのだなと感心するのだが、この後、彼らは店の奥の食料品売り場に進み、ポテトチップやコーラ、冷凍食品、ローストポークを焼くために3kgくらいの肉の塊と、巨大なガーリックトーストなどを買っている。これらの物を買っている人達に、「ポテトチップを2kgちかくも買って大丈夫なの? 本当に、この1袋10ドル(900円)もするポテトチップを食べちゃうの?」と、聞いたことがある。彼らは、「このポテトチップは、リデュースドファット(脂肪分控えめ)だし、減塩だから食べても大丈夫よ」と平気で答えた。

アメリカ人の価値観の多様性やアメリカ人の持つ健康観は、日本人とは少し違うのだなと思った。私にとって、体重が気になるからといって食物繊維のサプリメントをショッピングカートに入れ、その足でポテトチップを2kgも買うという行動は、理解できない。

米国では、サプリメント業界が彼らの商品をエビデンス(Evidence:科学的に証明された事実)なしで売ることには走らないように、法律の規制が厳しく行われている。そのため、消費者は比較的簡単に商品の効能・効果・安全性情報を手に入れることができる。一方、医師の診察を受けるのに高額な費用が掛かるため、このようなサプリメントを服用してい

肥満症は病気です
 ※医学的に減量を必要とする肥満。
ナイシトールの漢方エキスが効く。

小林製薬
 医薬品 漢方処方
ナイシトール
 おなかの脂肪が多い方に
85
 (効能・効果) 体力充実して、腹部に皮下脂肪が多く、便秘がちなものの次の諸症: 高血圧や肥満に伴う動悸・肩こり・のぼせ・むくみ・便秘・蓄膿症(副鼻腔炎)・湿疹・皮膚炎、ふきでもの(にきび)、肥満症
 ※この医薬品は「使用上の注意」をよく読んで正しくお使いください。
 お買い求めは、お近くの薬局・薬店・ドラッグストアで。
 お問い合わせ先: 小林製薬お客様相談室
 受付時間9:00~17:00(土・日・祝日を除く) TEL:06-6203-3625
 【発売元】小林製薬株式会社 〒541-0045 大阪市中央区道修町4-10 http://www.naishi85.jp

ることを医師に伝える機会が少ない。すなわち、医師などの専門家とサプリメント服用の有効性・安全性・相互作用（他の薬との飲み合わせ）などを話し合う機会が、

日本と比べて少ないのも事実である。従って、自分の価値観・判断基準で物を選択したら、その責任は自分で取らなくてはならない国でもあることを、垣間見た気がした。

サプリメント使用者への経済効果、産業の経済効果

サプリメント産業は50万人以上を雇用、100億ドルの税を納付

ここ数年、「Health Impact Study（健康に与える調査）」が実施されている。その1例として、カルシウム剤とビタミンDのサプリメント服用により骨折が予防でき、「骨折治療のためにかかるであろう病院代・ナーシングホーム代・医師への支払いの合計となる年間139億ドルの出費を減らすことができた」と、報告している。

サプリメント産業は、2004年以降200億ドル以上の年間売上がある。2006年には225億ドル、2007年は237億ドルと5.9%の成長率で確実に年間売上高を拡大している。全米には9,000以上のサプリメントのメーカーがあり、免疫改善・記憶障害の改善・筋肉増強・減量など多岐にわたるサプリメントを販売している。米国サプリメント産業全体は、100職種にわたり50万人以上の労働者をかかえ、更に税金として100億ドル（連邦政府へは53億ドル、州政府には47億ドル）を収め米国経済に好影響を与えている。この数字は、ひとつのサプリメント事業を起こすと、米国全体としては2.29人分の仕事が供給される計算だという。サプリメント産業と、その関連事業で総額610億ドルの経済効果が得られていると Natural Products Foundation は報告している。

米国での補完代替医療についてまとめたが、日本での補完代替医療に関しては「国民主役医療への道」（町淳二・宮城征四郎編著、2006年12月出版、日本医療企画）

を参照下さい。

6回の連載執筆を終えて

4月号より6回にわたり連載させていただき、今までお読みいただいた読者に心から感謝いたします。トピックの選択・種々のデータのレビューやそれに対する考察など、われわれもアメリカ医療の知識を深められたと共に、アメリカ人の価値観を教えられた気がします。アメリカの合理主義も大切ですが、日本の医療の良さ、更に日本人のお互いにいたわり合う心が、今の医療現場にいかに重要かということ、この連載を通して学ぶことが出来ました。

海外から見ると日本には素晴らしい医療・美しい医療が山ほどあることに気がつきます。日本では医療崩壊などと叫ばれていますが、現在、世界のどこでも医療は困難な時代になっています。問題点を認識し、それらを国家ばかりでなく医療提供者そして国民・患者が共同で解決し、医療再生に繋げてほしいです（これについては、「美しい日本の医療」町淳二、津田武、浅野嘉久編著、2008年12月出版、金原出版を参照下さい）。

今回の連載が、読者の皆さんの日本での医療にいくらかでも参考になったことを願っています。いつの日か、お読みいただいた皆さんと日本の医療をより良いものにするため、そして患者さんのための医療というテーマで話し合う機会など持てれば幸いです。ありがとうございました。

参考文献

(文献1) Perceived Benefit of Complementary and Alternative Medicine for Back pain : A National Survey. Kanodia KA, Legedza TR, Davis RB, Eisenberg DM, Phillips RS. JAMA. 2010 May 23 ; 354(3)-362.

(文献2) Unconventional medicine in the United States. Prevalence, costs, and patterns of use.

Eisenberg DM, Kessler RC, Foster C, Norlock FE, Calkins DR, Delbanco TL.

N Engl J Med. 1993 Jan 28 ; 328(4) : 246-52.

(文献3) Trends in alternative medicine use in the United States, 1990-1997 : results of a follow-up national survey. Eisenberg DM, Davis RB, Ettner SL, Appel S, Wilkey S, Van Rompay M, Kessler RC. JAMA. 1998 Nov 11 ; 280(18) : 1569-75.

An approach to educating family practice residents and family physicians about complementary and alternative medicine. Complementary Therapies in Medicine, Volume 12, Issues 2-3, June-September 2004, Pages 118-125 Moshe Frenkel, Eran Ben-Arye, Doron Hermoni

The relationship between social factors and attitudes toward conventional and CAM practitioners.

Conboy L, Kaptchuk TJ, Eisenberg DM, Gottlieb B, Acevedo-Garcia D.

Complement Ther Clin Pract. 2007 Aug ; 13(3) : 146-57. Epub 2007 Apr 30.

Factors associated with herbal therapy use by adults in the United States.

Gardiner P, Graham P, Legedza AT, Ahn AC, Eisenberg DM, Phillips RS.

Altern Ther Health Med. 2007 Mar-Apr ; 13(2) : 22-9.

読者の皆さまからの米国の薬剤師・薬局業務・医療全般についてご意見やご質問をお待ちしております。

メールアドレス : ask.yakuzaishi.now@gmail.com に、ご意見をお寄せ下さい。

この・かなこ ● 帝京大学薬学部を卒業後、製薬企業、薬局勤務を経て渡米。栄養学修士を取得し、米国で薬局勤務後にハワイ大学医学部生理学科解剖学修士取得。現在、ハワイ大学医学部解剖学教室で日本人向け解剖学実習のアシスタント及び同大医学部で野口医学研究所奨学生として医学教育のフェロー

まち・じゅんじ ● 1977年順天堂大学医学部卒、84年イリノイ大学病理博士、89年ペンシルバニア医科大学外科レジデント、93年ピッツバーグマーシー病院外科レジデント、95年ハワイ大学外科準教授、01年同大外科教授。08年野口医学研究所理事長に就任