

旭川歯科医師会便り

Vol.44

事務局／旭川市金星町1丁目1-52 道北口腔保健センター内
☎(0166)22-2361

<http://www.ahmic21.ne.jp/kyokushi>



●●●「研究段階」の健康情報に翻弄ほんろうされていませんか？●●●

「実践段階」の科学的に根拠がある情報はそう多くはありません。

筆者は12月17日(日)に仙台市で開催された独立行政法人国立健康・栄養研究所認定「栄養情報担当者（NR）」の研修会に参加する機会があった。東北大学公共政策大学院・医学系研究科臨床疫学分野の坪野吉孝教授の講義から「確かな情報を判断するポイント」をお伝えする。

なぜ健康情報は氾濫し市民は翻弄されるのか？ その背景を4方向から解明してみると

- 市民は、健康に関心が高く、情報に翻弄されやすい。
- 研究者は、研究の発展に寄与するが、研究もビジネスなため、「中途半端なデータの段階で売り込み」がはじまることがある。
- 食品企業は、研究成果の商品化で社会貢献もするが、誇大広告や利益優先に陥りやすい。
- マスコミは、新事実を伝える役割はあるが、視聴率優先、科学性より話題性を重んじた報道に陥りやすい。

さて、健康情報のチェックポイントは5段階あり、全てがクリアされたら「科学的に根拠がある情報」として「実践段階」として取り入れられます。しかし一つでも×がつくと「研究段階」として様子を見ることとなります。5段階とは、

- 1段階 「具体的な研究」にもとづく話か？
- 2段階 研究対象はヒトか？（細胞や動物実験は、ヒトにあてはまるとは限らない。）
- 3段階 論文報告か？（学会発表だけでは評価ができないので、話半分に受け止める。）
- 4段階 臨床試験や大規模な追跡調査か？
- 5段階 複数の研究で支持されているか？

特に、第一段階では、①「体験談の問題点」は、具体的な研究に「もとづかない話」が多く、「効いた」「良かった」という話ばかりが伝わり、「効かなかった」「副作用があった」という話が伝わらないこと。健康食品を食べたら、病気が治ったという「体験談」は、「健康食品の効果なのか？」「同じ時期に受けていた治療（手術や薬）」の効果なのか？はっきりしないこと。また ②「権威者の意見、医学博士のお勧め」の問題例として「アガリスク茸」や「ベータカロチンのビタミン剤」などが上げられた。

●旭川市内だけでも毎日約4000人が歯科診療所に通院

最近、厚生労働省は、平成17年度一日あたりの「患者調査の概況」を発表した。歯科をみると、一日に約128万人が歯科診療所を訪れている。全国には約7万軒の歯科診療所が一日約18人の患者さんを診ており、旭川市内だけでも毎日約4000人が通院していることになる。年代的には55歳～75歳が約4割を占め、男性43%、女性57%と女性患者が多い。