

クリニック通信

はなみずき



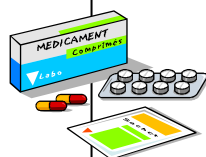
4月13日(土)午後、5月11日(土)
終日お休みさせていただきます。



後発医薬品をご存知ですか？

薬局で後発医薬品(ジェネリック)にしませんかと勧められることがあると思います。現在の処方箋の約束は、後発薬品への変更不可と医師が記載しない限り、薬局と患者さんの判断で先発医薬品にするか後発医薬品にするか決めていいことになっております。

今回は後発医薬品についてご説明します。医薬品が**新薬(先発医薬品)**として認定されるためには、効果や効能、安全性などの様々な検査が必要です。その費用は非常に高額になります。従って、新薬は薬価が高く認定され、その有効成分の効能に関して一定期間



特許が認められます。特許期間が過ぎると、他の会社も同じ有効成分を使って薬を作ることができます。これらの薬品を**後発医薬品**といいます。後発医薬品も、医薬品として認定されるための検査が必要ですが、先発医薬品のデータを参考にできるため開発費は低く済み、その結果薬価も安くなります。後発医薬品の最大のメリットは、薬代が安く抑えられることです。

このように、後発医薬品は、先発医薬品と同じ有効成分を同じだけ含んでいますので、原則的に同じ効果が得られるはずですが、しかし、薬を作る際の**添加物**や**薬の製造方法**は異なりますので、薬の溶け方や効いてくるまでの時間などは全く同じではありません。また薬に対するアレルギーは、添加物が変われば起こる可能性があります。同じ効果は持っているが別の薬と考え、メリット・デメリットを良く理解したうえで、後発薬品に変更するかどうかをご検討下さい。

Dr. みわの一口コラム：侍JANAN, WBC 3連覇ならず残念！



侍JAPAN、残念なことに3連覇は遠かった。4年前、このコラムで侍JAPANのWBC 2連覇を喜ぶ記事を書きました。つい先日のに思いすが、クリニックもスタッフが変わったように、侍JAPANも様変わり。前回のWBC以降もメジャーリーグで活躍する選手が増え、今回は他国に比べて選手層の厚さに不安はありました。前回と違い一次リーグからハラハラドキドキの展開で・・・逆転勝ちした台湾戦がベストゲームでしょうか。ベストナインに選ばれた前田と井端以外に、心に残る選手が少なかったことも心残りです。また4年後、新たなスターが出てくることを期待しています。



認知症から脳を守る:その方法とは (その5)

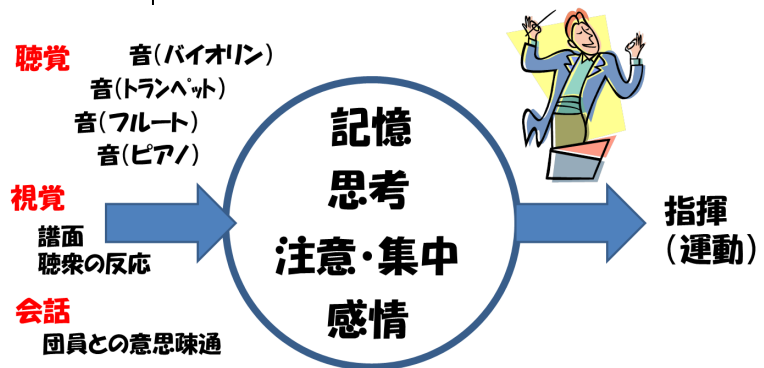
脳の老化を防ぐためには、**動脈硬化の進行を防ぐこと**。そのために生活習慣病の対策は大切であることを述べました(先月号)。

では、どんな人が元気に長生きしているのでしょうか？大友先生(浴風会病院名誉院長)は、高名な指揮者に健康長寿の人が多いいとっておられました。なるほどそうです。映画「オーケストラの少女」で有名なストコフスキーは95歳、トスカニーニ 89歳、カール・ベーム86歳、クレンペラー88歳・・・日本が誇る名指揮者、大阪フィルハーモニーの朝比奈隆さんは94歳で亡くなるまで生涯現役でタクトを振りつづけました。「立って指揮が出来なくなったら引退」と言い練習中でも椅子を使わなかったそうです。

指揮者の仕事には、音楽家としての能力(構成能力、

音感、リズム感、楽譜を記憶する能力など)だけでなく、集中力、思考力、さらに団員や聴衆とのコミュニケーション能力に加え、何時間も立って指揮し続ける体力も要求されます。まさに、脳と身体の機能を総動員する仕事なのです。

ここにヒントがありそうです。さまざまなバラエティー豊かな活動を行い、脳と身体を使い続けること、これが健康長寿に大切です。この「**バラエティー豊かな活動の継続**」が認知症から脳を守るために必要なのでしょうか。



☆ スタッフから ☆



高校の剣道部の仲間とは、卒業後30年弱が過ぎた今も時々集まります。先日、最近顔を見ないなと思っていた一人が幼子を連れて戻ってきました。なんと43歳で初産！お母さんになっていました。すでにわが子が成長してしまっている女性陣はすっかりメロメロ(ちなみに私は高校生二人)。男性陣から「美魔女の皮がはがれておばあちゃんの顔が出てきた」と笑われました。仕事を持つ新米ママに向けて“もしもの時はお助けします”と暖かい声掛けも起こりました。ずっと続いている仲間を頼もしく思った一日でした。
(受付事務 C.U.)

クリニック通信のバックナンバーをご希望の方はどうぞ受付までお申し出下さい。



みわ内科クリニック

ホームページもご覧下さい。 <http://www.miwaclinic.net>

西東京市下保谷4-12-2メゾン泉1F

電話 042 (438) 7188 FAX 042 (438) 7187