

3. OTC 医薬品・サプリメントの問題点

渡部厚一*

●OTC 医薬品・サプリメントとは、その特徴 (表 1 参照)

OTC : Over The Counter 医薬品はカウンター越しに薬が販売されたことに由来している。また、医療機関等で医師などにより使用または処方される医療用医薬品と対比するかたちで、市販薬、大衆薬、家庭用医薬品などと同じく、医師の処方などによらない一般医薬品に対して呼ばれている。一般医薬品は、副作用、相互作用など安全性の側面から要指導医薬品と第 1~3 類医薬品に分類されているが、新規に販売される医薬品が指定される要指導医薬品以外の OTC 医薬品は、薬局・ドラッグストアのほか、郵便やインターネットを通して購入することも可能であり、アスリートを含めた一般人が直接購入でき、常備薬として利便性、安全性が高い特徴がある。日本の OTC 医薬品を大まかに分類すると、感冒薬関連薬、解熱鎮痛薬、胃腸薬・便秘薬、滋養強壮・ビタミン、乗り物酔い薬、点眼薬、外皮用薬、外用消炎鎮痛薬、痔疾用薬、毛髪用剤、禁煙補助剤、衛生害虫駆除・殺虫剤、漢方製剤などとなる¹⁾が、当然ながら国民の有訴率が高く、需要が見込まれる医薬品が想定されるため、アスリートの使用の可能性も頻繁となりやすいことと思われる。

一方、サプリメントは米国での食品区分の一つである dietary supplement に由来しているようである。栄養補助食品や健康補助食品などとも呼ばれ、ビタミンやミネラル、アミノ酸などの栄養の補給を補助するものや含有成分の薬効の発揮を目的として、天然食材からの抽出物や化学合成されたもの、また含まれる栄養素の数により単一・

複合・総合型など内容は多種多様で、特定成分が濃縮された錠剤やカプセルの形態をとりやすい。機能性表示ができる保健機能食品を除けば一般食品としての扱いとなるため、機能性表示はもちろん医薬品のように身体の構造や機能に影響する成分の表示をすることは原則として認められていない。ある市場実態把握レポートでは、目的とするヘルスベネフィットは多種多様であるが、アスリートが目的としやすい健康維持・増進、疲労回復、栄養バランス、抗酸化・老化予防、減量、痩身、体脂肪抑制、痛み対策、骨の健康などのカテゴリは全体の 40% 程度となることから、アスリートの目的を満たすものが半数弱程度あると考えてよいだろう。またある調査では流通形態のほとんどは通信販売や訪問販売が大部分を占めており、第三者の目を通すことなく直接的にアスリートの手に渡りやすい可能性が想定できる。

●アスリートの OTC 医薬品・サプリメントの使用実態

OTC 医薬品の使用実態については明らかではないが、サプリメントの使用実態については日本アンチ・ドーピング機構が 2013 年に施行した大学生アスリートのサプリメントの使用実態に関する調査²⁾でみることができる。これによると、サプリメント使用率は、部活動レベルのアスリートでも男女とも 45% 前後あり、特に強豪大学男性では 60% を超えていた。購入目的は強豪大学男性で「筋肉・体重増量のため」、「疲労回復のため」、「食事不足するものを補うため」、「競技力向上のため」が目立ち、プロテイン、アミノ酸、総合ビタミンの使用が大半を占めた。使用のきっかけとして、強豪大学では必要性を感じ自発的に使用したもののや周囲の人物からのすすめが多くを占めてお

* 筑波大学体育系

表 1 OTC 医薬品・サプリメントの位置づけと成分・機能性表示，摂取目的有無の関係性

	備考	成分・機能性表示	摂取目的有無
体内に入るもの	経口，その他	不可	なし
食品	生きるために摂取		
サプリメント	不足栄養成分の補給の補助や含有成分による薬効の発揮が目的となる食品 ⇒ある目的・意図を持って摂取	可	あり
	保健機能食品（特定保健用食品，栄養機能食品，機能性表示食品） ⇒機能性表示が可能		
一般医薬品 ⇒ OTC 医薬品	Over The Counter ⇒カウンター越しに薬を販売する形態 一般人でも直接購入可能 ⇒セルフメディケーション	可	客観性あり
医療用医薬品	治療目的 ⇒医師により処方		

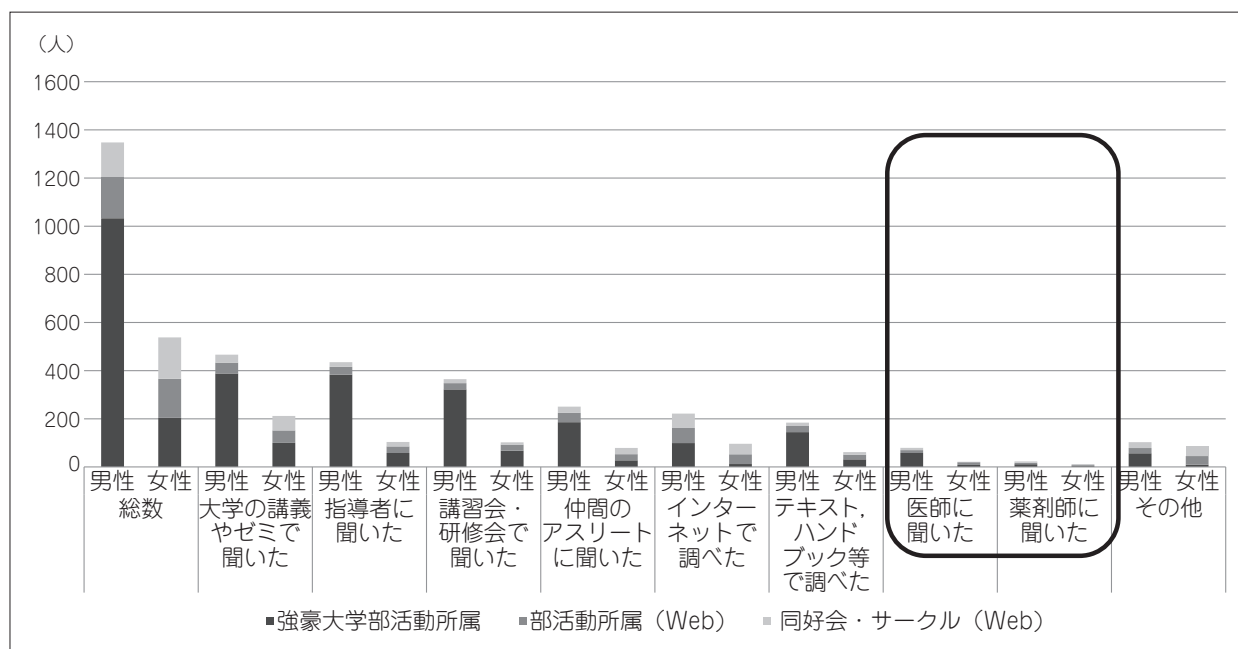


図 1 サプリメントに禁止物質が含まれている可能性についての情報源 (文献 2) より作図

り，入手先として薬局などのお店が過半数を占めていた。その一方，サプリメント使用がドーピング違反に結びつく可能性が「大きい」，「ある程度ある」との回答は 46% であり，サプリメントに禁止物質が含まれている可能性について具体的に知るものは全体の 10% 程度にとどまった。さらに，サプリメントに禁止物質が含まれている可能性の情報源を医師や薬剤師からとしたものはほとんどいない現状が明らかとなった (図 1)。

●ドーピング違反との関係

我が国の過去 3 年度におけるドーピング違反制裁例 20 件のうちサプリメント由来が 4 件，入手経路として薬局 4 件，インターネット 3 件で，制裁例の 1/3 程度に OTC・サプリメントが関与している可能性がある。

●まとめ

OTC 医薬品・サプリメントは，医療費抑制に向

け自分自身の健康維持・増進，疾病予防を図り，軽い病気は自身で治療するセルフメディケーションとして一般的には有意義であろう。しかしアスリートにとっては，商品の効用が日常生活に密着し利用しやすいこと，入手が容易であること，「エース」「アルファ」など類似商品名が多く混同しやすいこと，モデルチェンジが容易に行われやすいこと，複数の薬効成分や生薬から配合されていること，医療従事者の目を通りにくいこと，商業ベースに乗りやすいこと，海外製サプリメントの約 15% に禁止物質が含有するとの報告などから，ドーピング違反へのリスクを生じる可能性がある。また，単に生きる或いは生活するという目的ではなく，健康維持や栄養補給など特定の目的で意図的に使用すること，無承認無許可医薬品等での有害事例や健康被害の発生についても考慮すべ

き事項であろう。2020 年に向けて，アスリートの安易な使用からドーピング違反に至らないよう，医療従事者を含めたアスリート周囲の人物がアンチ・ドーピングを十分に意識してサポートすること，OTC 医薬品・サプリメントの CM 等でのアンチ・ドーピング同時啓発活動が課題となるのかもしれない。

文 献

- 1) 日本 OTC 医薬品協会：OTC 医薬品とは。 http://www.jsmi.jp/book/otc_01.html (2015.12.31).
- 2) 日本アンチ・ドーピング機構：平成 24 年度ドーピング防止教育の実施に係る調査研究報告書～大学生アスリートのサプリメントの使用実態に関する調査～，2013.