



華麗な赤いダリア
平尾 隆

発行 一般社団法人 相模原市医師会

秋が深まってまいりました。皆様、冬支度はもうお済みですか。今回はドーピングとジェネリック医薬品についてのお話です。

東京オリンピックまで2年を切りましたが、トップアスリートのみならず、スポーツをする全ての人々がドーピングに関心を持った方が良いでしょう。また、ジェネリック医薬品は先発医薬品に比べ安価であり、国を挙げて普及が図られています。効果や安全性はどのようなのでしょうか。

いずれもとても興味深い内容となっております。是非ご一読下さい。

「東京オリンピックに向けて今こそ知っておきたいドーピングのこと」

～サプリメント・市販薬でもドーピング違反!?～

はじめに

「ドーピング」について皆さまはどのようなイメージをお持ちでしょうか？悪いことであることは間違いありませんよね。プロの競技者ではないし、オリンピックを目指しているわけではないので自分には無関係だと思われる方も多いかと思えます。

しかし、国内でも国民体育大会や競技によってはドーピング検査を実施している大会は多く存在します。1回の違反が競技人生を台無しにすることもあります。「知らなかった」では済まされないのです。

ドーピングとは

ドーピングとは、競技力を高めるために薬物などを使用することや、その使用を隠したりする行為のことです。

スポーツの基本理念である「フェアプレー精神」に反し、スポーツの価値を損ない、そしてアスリート自身の健康を害する行為であります。

スポーツに正々堂々と向かうことができない「ずる」くて「危険」な行為として全世界で定められたルール（世界アンチ・ドーピング規定）に基づきドーピングは禁止されています。

世界アンチ・ドーピング規定

スポーツ共通の全世界的ルールでドーピング薬が規定されている

禁止表国際基準 毎年1月1日更新

(1) 常に禁止
(2) 競技大会時だけ禁止
(3) 特定の競技で禁止

いつでもどこでも禁止、試合の時だけ禁止、競技によって禁止とそれぞれのカテゴリーに分類されています。
1年に1回変更されます。

うっかりドーピングとは

ドーピングになる薬物は、決して特別な薬ではなく、普段、私たちが医師から処方してもらう医薬品にも含まれている場合があります。

また、薬局やドラッグストア、インターネット通信販売などで手に入る市販の風邪薬や漢方薬、健康食品やサプリメントなどにも含まれている場合があります。

これら禁止物質を含む医薬品やサプリメントなどを知らずに服用し、結果的にドーピング違反になってしまうことを「うっかりドーピング」と言います。

★注意が必要な医薬品リスト★

- | | |
|--------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 総合感冒薬 | <input type="checkbox"/> 注射薬 |
| <input type="checkbox"/> 鼻炎薬 | <input type="checkbox"/> 海外製のサプリメント |
| <input type="checkbox"/> 漢方薬 | <input type="checkbox"/> 栄養ドリンク |



サプリメントでドーピング違反!?

近年、日本でのドーピング違反は、サプリメントによる“うっかりドーピング”が多くあげられます。

なぜ、特に気を付けていると思われるトップアスリートの方が“うっかりドーピング”を犯してしまうのでしょうか？

それはサプリメントが食品であり、医薬品のように原材料をすべて表示する義務がないからです。そのため禁止物質が含まれている可能性があるのです。

特に、インターネット通信販売などで手軽に購入できる海外製のサプリメントや健康食品は注意が必要です。

服用することへの不安がある場合は、最新のアンチ・ドーピング規則に関する知識を持った公認スポーツファーマシストに相談して下さい。

現在日本では日本アンチ・ドーピング機構（JADA）推奨のサプリメントも多く販売されているので、そちらであれば安心して飲むことができます。

公認スポーツファーマシスト

最新のアンチ・ドーピング規則に関する知識を有する薬剤師のこと。
薬剤師の資格を有した者が、(公財)日本アンチ・ドーピング機構(JADA)が定める所定の課程(アンチ・ドーピングに関する内容)終了後に認定される資格制度です。

このステッカーが貼られている薬局が目印です

おわりに

ドーピングは、オリンピックに出るようなトップアスリートだけでなく、スポーツをする全ての人々が気をつけるべきことです。

ただ、ドーピングを必要以上に恐れ、体調を崩しているのに病院に行かなかったり、必要な薬を飲まなかったりしてしまうと健康を損ねてしまい、スポーツ自体を楽しむことができなくなります。

治療目的であれば競技会前に承認を得ることで禁止物質を含む薬を使用できる場合もあります。

病院を受診する時や薬局で薬を購入する時には必ず、医師、薬剤師に「スポーツをやっています」と伝えるようにしましょう。

(相模原市薬剤師会 原島 匠美)



常勤看護師を募集しています

事務所 相模原市中央区富士見 6-6-1 大賀ビル201
担当 荒川 ☎042-750-8118
お気軽にお電話ください

休日・夜間の急病診療制度の利用

まず、かかりつけの医師に相談してください。かかりつけの医師が不在、近所の医療機関で診療が受けられない方は

☎042-756-9000
相模原救急医療情報センターへ
お電話してください。

