

# コンドロイチンと グルコサミン

## 知得ページ

### ①コンドロイチンやグルコサミンってそもそも何？

グルコサミンは専門的にいうとブドウ糖にアミノ基がついたアミノ糖といわれるもの。一般的には、カニやエビなどの、甲殻類の甲羅から作られる。簡単に言うと、グルコサミンをたくさん繋げると、ヒアルロン酸やコンドロイチンとなる。これは軟骨のクッション用に重要な役割を果たしていることが知られている。

### ②コンドロイチンやグルコサミンは医薬品ではない？

コンドロイチン硫酸エステルナトリウムは医薬品の成分として認められている。医療用医薬品としては、注射薬および点眼薬があり、市販薬では内服薬および点眼薬に配合されている。だが、コンドロイチンを含んでいたら食品として販売できないかという、そうではない。ただし、食品として販売する場合は、それが医薬品成分であっても、効能・効果をうたうことはできない。複雑な規制の結果、コンドロイチンに関しては、市販薬の錠剤が販売される一方で、同じ錠剤でありながら健康食品としても販売されるという不可思議な状況になっている。

なお、グルコサミンは、医薬品の成分ではないが、塩酸グルコサミンが添加物として認められている。これも医薬品にも健康食品にも含むことが現在では可能となっている。

### ③コンドロイチンやグルコサミンは変形性膝関節炎に効くのか？

様々な疾患について世界中の臨床研究の結果を統合し、種々の治療法を評価している文献によると、変形性膝関節症に対するコンドロイチン、グルコサミンは、共に「有益性不明」に分類されている。臨床上のアドバイスとしては、「コンドロイチンは安全な治療法と思われるが、症状の改善にはわずかな改善しかもたらさない」とする。一方、グルコサミンについては、「グルコサミンの効果に関して、相反するデータがある。これが解決されるまでは、効果について結論付けられない」としている。

### ④薬剤師として説明できることは？

実際、コンドロイチンやグルコサミンに関しても、薬との相互作用が報告されている。コンドロイチン硫酸塩は、血液を固まりにくくするヘパリンと化学構造が似ているため、作用を増強する恐れがあり、併用はさけるべきである。またワルファリンとグルコサミンの相互作用によってワルファリンの作用増強が見られた症例がまれに報告されている。現在ワルファリンを内服中で心配される方もいると思うが、定期的な採血で十分な経過観察をされている方はご安心を。最後に、膝の痛みが気になる中高年の方にとって、広告などで見かけたコンドロイチンやグルコサミンを含む医薬品や健康食品に、つい目が向いてしまうのは当然だと感じます。そんな患者さんの思いを尊重しながら、専門的な見地から適切なアドバイスを行うことが薬剤師の役割として期待されていると感じています。

文責 濱田美保