Sample

ク

グリシン

GLYCINE

別名ほか

グリココール（Glycocoll），イコニル（Iconyl），L-グリシン（L-Glycine），モナゾール（Monazol），Athenon，G Salt，Free base glycine，Glycosthene

概　　要

グリシンは，タンパク質を構成するアミノ酸です。体内で合成できるため，必須アミノ酸ではないと考えられます。通常の食事で１日２gのグリシンを摂取できます。主に肉，魚，乳製品，豆類などのタンパク質が豊富な食べ物に多く含まれています。グリシンは，統合失調症，脳卒中，良性前立腺肥大（BPH），およびいくつかのまれな遺伝性代謝障害を治療するために使用されます。また，アルコール摂取や，肝臓移植後に用いられる特定の術後医薬品による副作用から，腎臓を保護するために使用されることもあります。他の用途は，がん予防や記憶増強などがあります。下腿潰瘍やその他の傷を癒すために皮膚に直接適用することもあります。

安　全　性

通常は問題を生じませんが，まれに，悪心，嘔吐，胃の不調がみられます。

●妊娠中および母乳授乳期

妊娠中および母乳授乳期の使用についてはデータが不十分です。安全性を考慮し，使用は控えてください。

有　効　性

◆有効性レベル③

・ほかの医薬品との併用による統合失調症の治療。
・下腿潰瘍。ほかのアミノ酸も含有するクリームを塗布。
・虚血性脳卒中（脳梗塞）。グリシンの舌下投与は発作後６時間以内の投与であれば，虚血性脳卒中における脳損傷を抑制します。虚血性脳卒中は，脳の血管の血栓による閉塞が原因です。血管が閉塞するとその先の脳組織に酸素が供給されないため，脳の細胞は不可逆的損傷（壊死）を受けます。

◆科学的データが不十分です

・記憶強化，良性の前立腺肥大症，肝臓保護，がんの予防など。

●体内での働き

体内ではグリシンを用いてタンパク質を作ります。また，脳の化学信号の伝達とも関係しています。統合失調症の記憶改善への使用に関心が集まっています。一部の研究者はグリシンが，腫瘍への血液供給を阻害することによりがんの抑制に役立っていると考えています。

医薬品との相互作用

中クロザピン

クロザピンは統合失調症の治療に用いられます。グリシンとクロザピンを併用すると，クロザピンの効果が弱まるおそれがあります。このような相互作用が起きる理由は明らかではありません。クロザピンを服用中にグリシンを摂取しないでください。

ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用

ほかのハーブ，健康食品・サプリメントとの相互作用についてはまだ明らかではありません。

使用量の目安

●経口摂取

統合失調症

１日0.4～0.8g/kgの範囲の摂取量を数回に分けて摂取します。通常１日４gから開始し，治療用量に達するまで１日４g増量します。

●舌下投与

急性虚血性脳卒中発症後の神経防護作用

１日１～２gの投与を卒中発症の６時間以内に開始します。

●局所投与

下腿潰瘍

１g当たりグリシン10mg，L-システイン２mg，DL-トレオニン１mgを含むクリームを使用します。クリームは１日１回，１日おき，または１日２回，傷口の洗浄と包帯の交換時に塗布します。

クリスマスローズ

BLACK HELLEBORE

別名ほか

ヘレボルス・ニガー（Helleborus niger），Christe Herbe，Christmas Rose，Christmas Rose Plant，Melampode

概　　要

クリスマスローズは植物です。葉，根，根のような茎（地下茎）を用いて「くすり」を作ることもあります。バイケイソウと混同しないように注意してください。

●要説（ナチュラル・スタンダード）

クリスマスローズ（Helleborus niger，Helleborus nigra）は，中央および南ヨーロッパ，ギリシャ，小アジア原産の多年生植物であり，庭園の植物として，米国で主に栽培されています。クリスマスローズは，偽ヘレボルスやアメリカヘレボルスや白ヘレボルス，またはその他のベラトラム種と同じではありません。

クリスマスローズは，小～中程度の用量でも有害であり，医療従事者の管理下でなければ使用してはいけません。以前は麻痺，精神異常，浮腫，およびてんかんのために使用されましたが，現在，こうした用途や他の用途に使用されることは滅多にありません。

相互作用レベル：高この医薬品と併用してはいけません　中この医薬品とは慎重に併用するか併用しないでください　低この医薬品との併用には注意が必要です

©Dobunshoin ©Therapeutic Research Center (2022)　無断での複製・配布・転載を禁じます。

ク

安　全　性

安全ではありません。

心拍動を危険なほど不規則にする可能性がある処方箋薬のジゴキシンに似た化合物を含んでいます。

誰が使用しても安全ではありませんが，有害性にとくに敏感な人もいます。以下のいずれかに該当する場合には，使用しないようとくに注意してください。

胃腸疾患：消化器系に影響を与える疾患の場合には，使用は安全ではありません。

心疾患：心疾患の場合には，使用は安全ではありません。症状を悪化させるおそれがあります。

●妊娠中および母乳授乳期

妊娠中および母乳授乳期の使用は安全ではありません。危険性の高い不整脈を引き起こすおそれがあります。流産を引き起こすおそれもあります。

有　効　性

◆科学的データが不十分です

・悪心，寄生虫の侵入，月経周期の調節，腎臓感染症，感冒，便秘，妊娠中に流産の原因となるものなど。

●体内での働き

医薬品として使用した場合にどのように作用するかについては，十分なデータが得られていません。

医薬品との相互作用

中キニーネ塩酸塩水和物

クリスマスローズもキニーネ塩酸塩水和物も心臓に影響を与えます。併用すると重症の心臓の異常が起きる可能性があります。

中ジゴキシン

ジゴキシンには心収縮力を強める働きがあり，クリスマスローズも心臓に影響を与えると考えられています。併用すると作用が増強され，両方の副作用のリスクが高くなります。

中テトラサイクリン系抗菌薬

テトラサイクリン系抗菌薬と併用するとクリスマスローズの副作用が現れるリスクが高まるおそれがあります。このようなテトラサイクリン系抗菌薬には，デメチルクロルテトラサイクリン塩酸塩，ミノサイクリン塩酸塩，テトラサイクリン塩酸塩などがあります。

中マクロライド系抗菌薬

クリスマスローズは心臓に影響を与えますが，ある種の抗菌薬の中にはクリスマスローズの体内吸収を促進するものがあります。そのため併用するとクリスマスローズの心臓への作用が強まる可能性があります。このような抗菌薬としては，エリスロマイシン，アジスロマイシン水和物，クラリスロマイシンがあります。

中刺激性下剤

クリスマスローズは心臓に影響を与えます。心臓の機能維持にカリウムは重要な役割を果たしますが，刺激性下剤と呼ばれるものは体内のカリウム値を減少させることがあります。低カリウム血症になるとクリスマスローズの副作用が起きやすくなります。このような刺激性下剤にはビサコジル，カスカラサグラダ，ヒマシ油，センナなどがあります。

中利尿薬

クリスマスローズは心臓に影響を与える可能性があり，利尿薬の中には体内のカリウムを減少させるものがあります。カリウム値が低いこともまた心臓に影響を与え，クリスマスローズの副作用のリスクが高くなります。このような利尿薬にはクロロチアジド（販売中止），クロルタリドン（販売中止），フロセミド，ヒドロクロロチアジドなどがあります。

ハーブおよび健康食品・サプリメントとの相互作用

強心配糖体を含むハーブおよび健康食品・サプリメント

クリスマスローズは，処方薬のジゴキシンと似た，強心配糖体と呼ばれる物質を含んでいます。強心配糖体は，体内のカリウムを過度に喪失させ，心臓に障害を与えるおそれがあります。クリスマスローズと強心配糖体を含むほかのハーブおよび健康食品・サプリメントと併用すると，心臓を障害するリスクが高まるおそれがあるため，併用は避けてください。このようなハーブには，トウワタの根，ジキタリスの葉，ゴシポール，カキネガラシ，セイヨウゴマノハグサ，ドイツスズランの根，マザーワート，オレアンダーの葉，ゲウム，ヤナギトウワタ，海葱の鱗片葉，スターオブベツレヘム，ストロファンツスの種，ダイオウなどがあります。

ツクシ

クリスマスローズは，強心配糖体と呼ばれる物質を含んでいます。強心配糖体は，体内のカリウムを過度に喪失させ，心臓を障害するおそれがあります。ツクシには，尿量を増加させる利尿薬のような作用があり，体内のカリウムを過度に喪失させるおそれがあります。ツクシとクリスマスローズなど，強心配糖体を含むほかのハーブおよび健康食品・サプリメントと併用すると，カリウムを過度に喪失させ，心臓を障害するリスクが高まるおそれがあるため，併用は避けてください。

甘草

クリスマスローズは，強心配糖体と呼ばれる物質を含んでいます。強心配糖体は，体内のカリウムを過度に喪失させ，心臓を障害するおそれがあります。甘草にも体内のカリウムを喪失させる作用があります。甘草とクリスマスローズなど強心配糖体を含むほかのハーブおよび健康食品・サプリメントと併用すると，カリウムを過度に喪失させ，心臓を障害するリスクが高まるおそれがあるため，併用は避けてください。

有効性レベル：①効きます　②おそらく効きます　③効くと断言できませんが、効能の可能性が科学的に示唆されています　④効かないかもしれません　⑤おそらく効きません　⑥効きません

無断での複製・配布・転載を禁じます。　©Dobunshoin ©Therapeutic Research Center (2022)

■ 素材・成分名と別名

和名や英名、類縁物質名など

■ 概要

健康食品やサプリで使われている素材・成分の由来や歴史、一般的な使われ方など。

■ 安全性

使用法ごとに安全性を評価。妊娠中や授乳中、子どもへの使用や、使用を避けるべきアレルギーや症状・病態など、注意事項も記載。

■ 有効性

症状・病態に効くのか６段階レベルで評価。

■ 医薬品との相互作用

薬と健康食品やサプリを併用すると、薬の吸収低下や、効果が増強や減弱するなどの相互作用が起こることも。発生の可能性と重症度などから３段階で評価。

■ ハーブおよび健康食品･サプリメントとの相互作用

健康食品やサプリで使われている素材・成分を、ほかのハーブや健康食品と一緒に利用した時に相互作用が起きる可能性を評価。

■ 使用量の目安

臨床試験にもとづく症状・病態に対する目安量ほか。