

死ぬまで
死ぬほど
SEX もっと!さらに!!とことん!!!
スマートホンの無料エロ動画

秘検索キーワード
お気に入り保存法
を楽しむ方法

清宮、中村の将来は!? プロ入りするなら「高卒と大卒」どっちが正解なのか?
ついに本格抗争へ!「ボディガード射殺」で始まる3つの山口組「流血の報復合戦」

この秋から

選名
ん
だ
医

【年金受給者狩り】が始まる

拜啓 安倍総理、小泉進次郎殿「年金をもらうことは、そんなに悪いことですか?」
控除縮小で税負担は1割増

【薬を飲むなら】この10種類だけでいい

週刊エロマガジン

着エロの女王「ギリギリ伝説」



阪神 [金本vs掛布] 大戦争 巨人 [澤村] 悲劇の鍼治療 ほか
プロ野球ワイルド「ベンチ裏7大事件」

カラ一集 好角家300人が選んだ大相撲名勝負
秋場所「学級閉鎖」の意外な主役
20

2017 Sep.
9.29
定価430円

エンジン出火! JAL機の3割は「中国の工場」で整備されていた!

4K画像で甦ったアグネスラム



弘兼憲史「70代が楽しくなる
家庭内一人暮らし」のススメ



政界大激震!

安倍「10.22 火事場 泥棒」解散

総選挙へ!

「自民3分の2大圧勝」の悪夢
麻生も一階も「総理、今なら勝てますよ」と耳打ちした
民進も小池新党も「候補者いない」投票率も得票率も史上最低に

大人の舌を満足させる
旨い新米
選び方&炊き方

嫌な顔でパンティを

両A面
袋とじ



らない]

してきた医師たちが挙げるからこそ意味がある

だ



10種類だけでいい

左から高田医師、岡田医師、狭間医師、永井医師、池谷医師、大竹医師、和田医師

薬の飲み過ぎはいけない。だが何も飲まないわけにもいかない。これまで多薬治療を批判してきた医師たちが、「それでも飲むべき薬」を厳選した。

実績のある10種の薬

これまで、本誌を含めたメディアは薬のリスクばかり着目し、「薬を飲む量は少ないほうがいい」と繰り返し報じてきた。

だが、「どの薬にどんなリスクがあるのか」「どの薬を飲んではいけないのか」は述べられていても、「どの薬を飲めばいいのか」について説明されることはないなかつた。

飲む降圧剤とやめる降圧剤

●生活習慣病で頼るべき薬

浜松医科大学名誉教授で、多くの著書で多薬治療のリスクを啓蒙している内科医の高田明和氏は、「生活習慣病は薬の数が多くなる」として10種類に絞った(表)には医師が「必要度が高い」と判断した順に掲載。

「降圧剤は安易に使用する

一体、患者はどの薬を飲めばいいのか。それを最もよく知るのが「無用な薬を患者に飲ませるべきではない」という考えに立った上で臨床現場で長く薬を処方してきた医師たちである。

そこで本誌は今回、名医と呼ばれる医師に、それぞれの「選び方の基準」に基づく「患者に勧めてもいい10種類の薬」を聞いた。

●生活習慣病で頼るべき薬
多くの著書で多薬治療のリスクを啓蒙している内科医の高田明和氏は、「生活習慣病は薬の数が多くなる」として10種類に絞った(表)

機能障害の薬『メトグルコ』を服用して予防することが大切。コレステロールは少々高くても薬は不要ですが、遺伝的に高い場合のみコレステロール低下薬『メバロチン』を服用すれば効果があります」(高田医師)

狭心症の発作がある人は血管を拡張する作用のある「ニトロール」が必須だと高田医師が続ける。

「いわゆるニトログリセリンです。狭心症の発作や痛みが出たらすぐ飲まないと命の危険もあります」

●対症療法に使える市販薬
予防医学を専門とする新潟大学名誉教授の岡田正彦医師(内科)は「飲むべき薬と飲まないほうが良い薬の間に線引きがある」と主張する。

「高血圧や糖尿病は、薬を飲んで数値を改善しても寿命が伸びるかどうかはまだわかつていない。私は、高血圧や高コレステロールといった検査値が高いだけの状態は、薬で数字を抑え込むのではなく、生活

「飲んではいけない」ではわか
「多薬医療の弊害」に警鐘を鳴ら

7人の名医が選ん

こ 藥を飲むならの

「副作用」「年齢」「生活習慣」「男性力」「患者に勧めてもいい薬」「それぞれの専門的見地から挙げた」

習慣を見直して治すべきだと考えています」

その前提を踏まえて岡田氏が選んだのは、差し迫った苦痛や症状を緩和する薬が中心だ。それには、処方薬よりも市販薬のほうが効果的だという。

「鎮痛解熱薬『タイレノール』や総合胃腸薬『パンシ

ロントリム』、便秘薬『コーラックハーブ』や『ビオフェルミン止瀉薬』はいずれも市販薬ですが、配合されている成分からみて比較的副作用が少なく、効果も期待できます」（岡田医師）

もうひとつ、岡田医師が推薦するのが『のど飴』だ。

「風邪をひいたときの主訴で、最も多いのが『のどの痛み』です。私は、処方薬ではなく、コンビニなどで買える『ヴィックスメディケイテッドドロップ』を薦めています。処方薬はのどを殺菌する効果がある一方で、粘膜ま

浜松医科大学名誉教授・高田明和（内科）

薬品名	効能
アムロジピン	血圧を下げる
ニューロタン	血圧を下げる
ニトロール	狭心症の発作を止める
ハルシオン	睡眠障害の改善
メバロチン	コレステロール値を下げる
ストッパエル下痢止めEX	下痢止め
メトグルコ	血糖値を下げる
クラビット	感染症を治す
エチゾラム	不安を取り除く
ロキソニン	鎮痛

降圧剤「ニューロタン」は心臓や腎臓が弱い人でも服用可能。「アムロジピン」と「ニューロタン」のどちらか相性が良いほうを使う。

新潟大学名誉教授・岡田正彦（内科）

薬品名	効能
タイレノール	鎮痛解熱
パンシロントリム	胃痛改善
ビオフェルミン止瀉薬	下痢止め
オーグメンチン配合錠	感染症を治す
コーラックハーブ	便秘改善
レンドルミン	不眠改善
ブレドニゾロン錠	感染症をおさえる
アドエア吸入剤	喘息・COPDをおさえる
水・電解質輸液（一般的なもの）	水分・電解質補給
ヴィックスメティケイテッドドロップ	のどの痛み、咳止め

「レンドルミン」は、翌日まで眠気や倦怠感が残ることが少なく、副作用も少ない。市販の総合胃腸薬は、処方薬にはない「苦み成分」が胃腸の働きを活発にする。

93歳の最傑作！93万部突破！九十歳。何がめでたい

定価：本体1,200円+税
佐藤愛子 小学館

週刊ポスト

で傷めてしまうことがあります。場合によっては痛みが増してしまこともあります。

のどの荒れを抑えるなら、市販ののど飴で十分なのです」

市販薬以外では抗生素「オーケメンチン配合錠」などを挙げる。

「細菌が体内に入り、生命の危機を迎える可能性のある感染症に罹った場合には、抗生素質は必要不可欠。この薬は他の薬に比べて多くの菌に対応しているため、

減薬について講演活動などを行なっている日本在宅

薬学会理事長で外科医の狭間研至氏は、中高年が罹りやすい疾患に対して、「効果的かつ安価で継続的に服用できる薬」を中心に選んだ。

「通常、糖尿病治療薬には薬が効き過ぎることによる『低血糖』のリスクがありますが、『セ

イブル』は他の薬と根本的に効く仕組みが異なるため、その心配がない。安価でもあり、多くの高齢者にとって使いやすい薬だと思います。

「この薬の副作用に『空咳』があるのですが、高齢者にとっては『咳が出ることで誤嚥性肺炎を予防する効果もあるという。

また、脳梗塞を防ぐ『バイアスピリン』は昔から使われていて

日本在宅医学会理事長・狭間研至（外科）

薬品名	効能
タケプロン	胃炎、胃潰瘍の改善
レニベース	血圧を下げる
セイブル	血糖値を下げる
メバロチソ	コレステロール値を下げる
バイアスピリン	脳梗塞の予防
カルボシステイン	たんの切れの改善
ハルナール	排尿障害の改善
バップフォー	頻尿改善
ルネスター	睡眠障害の改善
抑肝散加陳皮半夏	軽度認知症の治療

「タケプロン」は、高齢者に多い咳が原因の逆流性食道炎予防にも効果がある。「エスゾビクロン」は眼氣が穏やかであり、効き過ぎによる転倒リスクを減らせる。

「『ハルナール』はシニアに多い前立腺肥大による頻尿や排尿障害を防ぎます。また、高齢になると膀胱が収縮して夜間の頻尿が起つて不眠になりますが、排尿改善薬の『バップフォー』には膀胱の収縮を緩める作用がある。類似薬が少なく、代用が利かないため使用機会の多い薬です」（同前）

ACE阻害薬に分類される降圧剤「レニベース」には、血圧を下げるだけでなく誤嚥性肺炎を予防する効果もあるという。「この薬の副作用に『空咳』があるのですが、高齢者にとっては『咳が出ることで誤嚥を減らす』というメリットに切りかわる。65歳以上上の患者には第一の選択肢として処方しています」（同前）

「バイアグラ」は昔から使われていて、高齢者にとって使いやすい薬だと思います。また、脳梗塞を防ぐ『バイアスピリン』は昔から使われていて、高齢者にとって使いやすい薬だと思います。また、脳梗塞を防ぐ『バイアスピリン』は昔から使われていて、高齢者にとって使いやすい薬だと思います。

川崎医科大学教授・永井敦（泌尿器科）

薬品名	効能
バイアグラ	EDの改善
テストステロン製剤	男性ホルモン補充
α遮断薬	排尿障害改善
ルボックス	抗うつ
ガスター	胃痛改善
補中益氣湯	免疫力向上
ロキソニン	鎮痛解熱
フロモックス	感染症を防ぐ
フレドニン	炎症をおさえる
正露丸	下痢止め

補中益氣湯は加齢に伴う虚弱に効果があり、精神面から男性機能の改善をはかる。

広く用いられています」（同前）

安全性が高い。こちらも、新薬の10分の1と安価です」（狭間医師）

ここからは専門分野を持つ医師たちに「その分野ではこれだけ飲めばいい」という薬を挙げてもらつた。

●血管を若返らせる薬 健康寿命が延びる可能性が高い

池谷医院理事長で血管や血液について多くの著書がある池谷敏郎医師（循環器科）は、中性脂肪を下げる薬である「エパテール」と優先的に選んだ。

「ED治療薬『バイアグラ』は勃起障害だけでなく、排尿症状や蓄尿障害、血管拡張反応を改善する効果もあります。バイアグラによって血管が若返れば、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患を予防する効果も期待できます」（永井医師）

「ともに天然由来成分であるEPAやDHAを含む薬である「ロトリガ」を挙げる。『安心して服用できる』

男性機能が回復すれば、下半身だけではなく心も元気になり、

●中高年の悩みに効果的な薬

狭間氏は、男性が高齢化とともに抱えやすい「下半身の悩み」をケアする2つの薬も支持する。

●「男性力」を回復する薬 川崎医科大学の永井敦教授は泌尿器科医の観点から、「男性力」を回復する薬を優先的に選んだ。

「ED治療薬『バイアグラ』は勃起障害だけでなく、排尿症状や蓄尿障害、血管拡張反応を改善する効果もあります。バイアグラによって血管が若返れば、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患を予防する効果も期待できます」（永井医師）

「男性機能が回復すれば、下半身だけではなく心も元気になり、

一部地域で発売日
が異なります

週刊ポスト

「いずれも世界中で使用されている血糖降下薬で、余分な糖分を尿として排出することで血糖値をコントロールし血管を若返らせる。

池谷氏が糖尿病治療薬として勧めるのは「ジャティアンス」と「フォシーガ」だ。

AやDHAには血管内の炎症を抑える働きもあり、動脈硬化を予防するために私自身もこれらの薬を服用しています」(池谷医師)

●胃腸を助ける薬
消化器系を専門とするおおたけ消化器内科クリニック院長で内科医の大竹真一郎氏は、「胃腸の病気に関しては、手術が必要な病気やよほど重篤なものでない限り、薬は必要ない」としたうえで、「それでもこの3つは例外です」と言う。そのひとつがPPI(プロトンポンプ阻害薬)の「ネキシウム」だ。

「PPIは胃酸を抑制して胃痛を抑える薬です。患者が胃痛を訴えた場合、放置できない胃潰瘍が单なる胃もたれかを診断する際に『ネキシウム』を処方して

と患者から評判です。EPとAやDHAには血管内の炎症を抑える働きもあり、動脈硬化を予防するために私自身もこれらの薬を服用しています」(池谷医師)

おおたけ消化器内科クリニック院長・大竹真一郎(内科)

薬品名	効能
ネキシウム	胃痛をおさえる
麻黄湯	風邪の症状緩和
イリボー	下痢止め

PPIの中でも「ネキシウム」は他薬にくらべて即効性がある。

和田秀樹こころと体のクリニック院長・和田秀樹(精神科)

薬品名	効能
ドグマチール	うつを改善する
デジレル	うつを改善する
パキシリ	うつを改善する
エビリファイ	精神病を改善する

副作用が少ない「エビリファイ」は幻覚などの症状がある場合に処方される。

●心を落ち着かせる薬
和田秀樹こころと体のクリニック院長で精神科医の和田秀樹氏は、「高齢者が“健康的な心”とともに過ごすため最低限必要な薬」を挙げた。

「加齢とともに、夜中に何度も目覚めてしまう『中途覚醒』を起こしや

す」(同前)

医療側の論理で広がるばかりの「多薬治療の弊害」から身を守るために、患者側が「本当に必要な薬は何か」を知る必要がある。

7人の医師の『処方箋』はその参考になるはずだ。

池谷医院理事長・池谷敏郎(循環器科)

薬品名	効能
エバデール	中性脂肪値を下げる
ロトリガ	中性脂肪値を下げる
クレストール	コレステロール値を下げる
アムロジビン	血圧を下げる
フェブリク	尿酸値を下げる
ジャティアンス	血糖値を下げる
フォシーガ	血糖値を下げる
タケキャブ	胃痛をおさえる
麻黄湯	風邪の症状緩和
小青竜湯	鼻炎の緩和

「フェブリク」は緩やかに尿酸値を下げるため、負担が少ない。「タケキャブ」は即効性があるため、急な食道炎にも効果を発揮する。

痩せる効果があることや、最近の大規模調査で心不全や腎不全のリスクを下げる効果が証明されたことも評価のポイントです」(同前)

●胃腸を助ける薬
消化器系を専門とするおおたけ消化器内科クリニック院長で内科医の大竹真一郎氏は、「胃腸の病気に関しては、手術が必要な病気やよほど

重篤なものでない限り、薬は必要ない」としたうえで、「それでもこの3つは例外です」と言う。そのひとつがPPI(プロトンポンプ阻害薬)の「ネキシウム」だ。

「PPIは胃酸を抑制して胃痛を抑える薬です。患者が胃痛を訴えた場合、放置できない胃潰瘍が单なる胃もたれかを診断する際に『ネキシウム』を処方して

とされるため、早期の回復が見込めます」(同前)

●心を落ち着かせる薬
和田秀樹こころと体のクリニック院長で精神科医の和田秀樹氏は、「高齢者がうつになつて食欲が減退したケースでも投薬に踏み切るという。

「高齢者が食事を摂らないと栄養障害が出やすく、水分の摂取が減つて脱水症状になる怖れがある。その場合は食欲を高める抗うつ剤『ドグマチール』が効果的だと思います」(同前)

*
医療側の論理で広がるばかりの「多薬治療の弊害」から身を守るために、患者側が「本当に必要な薬は何か」を知る必要がある。

7人の医師の『処方箋』はその参考になるはずだ。

最後のひとつは、風邪の症状を緩和しながら胃潰瘍を防ぐ、漢方薬「麻黄湯」である。

「風邪薬を飲んで解熱してしまうと、体温が下がって免疫力が低下してしまい、免疫効果が低下してしまいます。かといって、高熱に悩まされ続けるのもつらい。『麻黄湯』は風邪薬に比べて解熱効果が穏やかなり効果が高い。私自身、テレビの収録前で緊張するときなどに服用しています

します。PPIは長期間使⽤すると骨が脆くなるなど副作用が懸念されますが、短期間の服用で重大な疾患かどうか見極めには有効な薬です」(大竹医師)

もうひとつは、過敏性腸症候群の薬「イリボー」だ。「お腹の不具合を脳に伝え信号を遮断することで下痢を起さなくなる。この薬は市販のものに比べてかなり効果が高い。私自身、テレビの収録前で緊張するときなどに服用しています