

害のある薬をやめる方法を考える

—薬のチエツクは命のチエツク

医師、NPO法人医薬ビジランスセンター理事長

浜 はま

六 ろく
郎 ろう

- *宵越しの傷を持つな
- *降圧剤に医学的根拠なし
- *利がなく害がある降圧剤
- *コレステロール低下剤は飲むな
- *子宮頸がんの死亡率は脂肪質の摂取増加で激減
- *糖尿病には糖質制限が重要
- *たっぶり睡眠の効用
- *インフルエンザに薬は不要
- *自然治癒力を阻害しない
- *医者と争わずに薬を減らす



柴生田 それでは開会いたします。（拍手）

今日は、『薬のやめ方』事典』という本で最近話題になっております浜先生をお迎えしました。薬の害についてのお話です。健康にいいはずの薬がいろいろな問題を抱えている。飲み方やめ方といったことを含めて、この問題に早くから注目され、本もお書きになっていらっしゃると思います。血圧やコレステロールのお話は何人かの先生にも、すでに行っていたらいておりませんが、今日は最近の調査に基づく最新のお話をしていただけだと思います。それでは浜先生、よろしくお願いたします。（拍手）

宵越しの傷を持つな

浜 ご紹介いただきましたありがとうございます

ます。浜です。

皆さん方、見回しますとそうとうなお年の方が多い（笑）——そして私と似たような毛の具合（白髪）の方が多しなと非常にうれしく思います。薬を飲んでおられる方がかなり多いのではないかなと予測しておりますが、今もお話がありましたようにコレステロールとか、高血圧の問題に関しては、もうすでに何人かお話しになったということもあり、皆さん方は今の医学界の主流的な考え方にあまり惑わされないうでいらつしやる。さすが日本を経済的にリードしておられる方々ばかりなので、健康の面でもいい情報を得て、それを採用されておられるのかなと思います。

しかし、今、医者にかかると大抵は薬が処方