

VI エビデンスをどのように探すか？

“MeSH Database” から探すと効率よくヒットします。ちなみにCAMに相当するMeSHタームは“complementary medicine”です。また、“Limits”という機能が便利です。サーチボックスのすぐ下にある“Limits”をクリックし、画面上の“complementary medicine”、“randomized control trial”、“meta-analysis”などをチェックしておけば、調べたいCAMのRCTばかりがヒットします。

(2) コクラン・ライブラリー (The Cochrane Library)

<http://www.cochrane.org/>

EBMの国際プロジェクトであるコクラン共同計画が作成したデータベースで有料です。世界中のRCTを集めたデータベースで、タームを入力すれば瞬時にRCTが検索できます。

ただしPubmedと検索タームが異なり、CAMは“complementary therapies”というタームがMeSHに相当します。同じトピックのRCTが複数ある場合には、それらを体系的に統合し解析したシステマティック・レビューを入手できることもあります。

(3) 医学中央雑誌

<http://www.jamas.or.jp/>

日本語の医学データベースで有料。Advance Modeを利用すればMeSHと同様の「シソーラス機能」が使い、「代替医療」というタームによって体系的に検索できます。「ランダム化比較試験」などの研究方法で絞り込むことも可能です。

(4) NMCD (Natural Medicine Comprehensive Database)

<http://www.naturaldatabase.com/>

栄養学の分野で注目されている米国のデータベースで有料です。サプリメントなど健康食品を1000種類ほど収載しています。有効性と安全性がそれぞれ5段階にランク付けされており、抜粋の日本語版も出版されています。

田中平三、門脇孝、篠塚和正、清水俊雄、山田和彦監訳。健康食品のすべて：ナチュラル・メディスン・データベース。同文書院、2006

③ 2次情報誌

2次情報誌とは最近発表された質の高い論文を世界の医学雑誌から収集し、一定の書式の抄録にまとめ、第三者のコメントを加えたものです。一定の書式の抄録は「構造化抄録」と呼ばれ、EBMのトレーニングを受けた方には評価すべき点が一目瞭然です。さらには第三者がEBMの立場からコメントしてくれるので大変参考になります。CAMに関する論文だけを集めた2次情報誌に*Focus on alternative and complementary therapies (FACT)*があり、年に4回出版されています。FACTという略称で呼ばれることが一般的です。FACT誌に掲載された鍼に関する論文は「医道の日本」誌が随時翻訳して紹介しています。初期のものは単行本として出版されています。

津谷喜一郎監訳。鍼のエビデンス：鍼灸臨床評価論文のアブストラクト。医道の日本社、2003。

「医道の日本」誌に最近掲載されたものも含めた第2版が近々刊行される予定です。

④ クリニカル・エビデンス集

クリニカル・エビデンス集とは、それぞれのトピックについてRCTやシステマティック・レビューの結果をまとめたものです。このような情報源から見つけることができれば、わざわざデータベースを駆使して検索する必要はありません。以下のようなものがあります。

(1) Ernst E, Pottler MH, Stevinson C, White A. *The Desktop Guide to Complementary and Alternative Medicine : an evidence-based approach. 2nd Edition. Mosby, 2006.*

コクラン共同計画に関わり、FACT誌の編集を手がけたErnstによるクリニカル・エビデンス集です。RCTやシステマティック・レビューの結果だけでなく、利用法、副作用、相互作用、倫理面、経済面について簡潔に記載されています。症状や病名からもCAMの情報にあたるように構成され、それぞれのCAMについてエビデンスのウエイトを示した一覧表も掲載されています。

(2) 蒲原聖可. *EBM サプリメント事典：科学的根拠に基づく適正使用指針. 医学出版社 東京 2008.*

サプリメントに関するクリニカル・エビデンス集で、臨床試験だけでなく基礎研究まで含めて幅広く網羅されています。有効性と安全性の評価がなされ、多くのサプリメントの情報が簡潔にまとめられています。同著者の

蒲原聖可. *医療従事者のためのEBM サプリメント事典* 医学出版社 東京 2006.

は、32種類のサプリメントに焦点をあて、より掘り下げた内容となっています。概要、適応、用法・用量の他、研究結果についても詳細に記載されており、それを踏まえて、有効性の格付けがなされ、安全性も言及されています。NMCDなど海外の評価についても触れられています。

(3) 日本東洋医学会EBM特別委員会編. *漢方治療エビデンスレポート第2版－RCTを主にして－中間報告2007*

<http://www.jsom.or.jp/html/ebm.htm>

漢方薬については日本東洋医学会EBM特別委員会が体系的にRCTを収集し、構造化抄録に作成し、コメントを追記するという作業を続けており、学会ホームページから98件の抄録を無料で閲覧することができます。書籍のエビデンス集では

寺澤捷年、喜多敏明編. *EBM 漢方. 医師薬出版, 2003.*

があります。

(4) 全日本鍼灸学会データベース委員会. *鍼灸医療総合データベース*

<http://acupuncture.jp/>

全日本鍼灸学会データベース委員会によって鍼灸のRCTの収集と構造化抄録の作成がなされ、評

VI エビデンスをどのように探すか？

価レポートとして公開しています。現時点ではトライアル版のみの公開となっていますが、今後はシステマティック・レビュー、症例報告なども網羅した幅広いデータベースに発展していくようです。

5 安全性に関する情報

CAMの研究が急速に進んでいるとはいえ、CAMの範囲はとて広く、これまで紹介した方法でも情報にたどりつけないことがあります。有効性のエビデンスがはっきりしない場合は、有害事象や副作用など安全性に目を向けましょう。現代西洋医学と違いCAMの副作用は少ないと考え利用される方が多いのですが、中国やせ薬による死亡例などは社会問題ともなりました。重篤な副作用が確認された場合は、一例報告であっても、利用するか否かの判断基準となります。EBMには“Do no harm!”（患者に害を与えるな!）の基本姿勢があり、メリットとデメリットのバランスを考えて、治療法を選択します。

安全性に関する情報は下記のホームページから入手可能です。

- (1) 厚生労働省：保健機能食品・健康食品関連情報

<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/iyaku/syoku-anzen/hokenkinou/index.html>

- (2) 国立健康栄養研究所：健康食品の安全性有効性情報

<http://hfnet.nih.go.jp/>

- (3) 東京都福祉保健局：健康食品ナビ

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/anzen/supply/>

6 教科書

一般的な医学の教科書にCAMが掲載されることはこれまでありませんでした。しかし、電子教科書の*Up to Data*を皮切りにハリソン内科学は第16版から、*カレント・メディカル・診断と治療(CMDT)*は第43版からCAMという章が新たに設けられています。その内容は総論的なことが中心となっており、それぞれのCAMについて詳細な記述はされてはいません。しかし、現代西洋医学側がCAMを排斥しようとしていた過去の歴史を振り変えると、考えられないような現象が生じています。CAMにEBMの考え方が取り入れられ、エビデンスが蓄積された成果であり、現代西洋医学と同様のモノサシで、対話が可能となったのです。世界的に知られているこれらの教科書にCAMの章が掲載されたことは、CAMに対応できる医師の養成、さらには統合医療を担う医師の養成を示唆するもので、今後の医学教育に一石を投じました。統合医療に関する教科書は、日本統合医療学会から日本統合医療学会編、*統合医療：基礎と臨床*、日本統合医療学会 東京 2007が刊行されています。

7 おわりに

以上、EBMの立場から統合医療に関係するエビデンスの探し方について紹介しました。CAMの種類によってはRCTの実施が困難なものもあり、将来的には様々な研究方法を駆使して多角的に評価していく必要があります。

研究から得られた結果を「リサーチ・エビデンス」と言いますが、治療法の選択はリサーチ・エビデンスだけでは決まりません。リサーチ・エビデンスの他にも、治療者の経験や技量、患者の価値観を考慮し、患者にとって最善の治療を選択していくことが重要です。

本稿が統合医療の実践に役立つことを期待しています。

参考文献

1. 福井次矢. EBM：正しい治療がわかる本. 法研. 東京 2003.
2. 鶴岡浩樹、津谷喜一郎. 臨床疫学からみたエビデンスのつくりかた. 理学療法 25 (5) : 753-63, 2008.
3. 鶴岡浩樹、鶴岡優子. エビデンスに基づいた相補代替医療 (CAM) の情報収集. JIM 19 (1) : 64-9, 2009.

(文責：つるかめ診療所、自治医科大学 鶴岡浩樹)

統合医療ガイドブック

—補完代替医療の安全性・有効性と統合医療の意義—

厚生労働科学研究費補助金

「統合医療の安全性と有効性に関する研究」班

主任研究者

福井 次矢（聖路加国際病院）

分担研究者

白川 太郎（白川太郎クリニック）

川嶋 朗（東京女子医科大学）

山下 仁（森ノ宮医療大学）

蒲原 聖可（健康科学大学）

徳田 安春（聖路加国際病院）

高橋 理（聖路加国際病院）

大出 幸子（聖路加国際病院）

小俣富美雄（聖路加国際病院）

執筆分担者（五十音順）

蒲原 聖可（健康科学大学）

川嶋 朗（東京女子医科大学）

竹谷内克彰（東京カレッジ・オブ・カイロプラクティック）

鶴岡 浩樹（つるかめ診療所、自治医科大学）

山下 仁（森ノ宮医療大学）

作成日：2009年3月

IV 研究班員名簿

研究班員名簿

区分	名前	所属
研究代表者	福井 次矢	聖路加国際病院 院長
研究分担者	白川 太郎	白川太郎クリニック 院長
	山下 仁	森ノ宮医療大学 保健医療学部鍼灸学科 学科長
	蒲原 聖可	健康科学大学 客員教授
	川嶋 朗	東京女子医科大学附属青山女性・自然医療研究所 助教授
	徳田 安春	聖路加国際病院 一般内科 医長
	高橋 理	聖路加国際病院 一般内科 副医長
	小俣 富美雄	聖路加国際病院 消化器内科 副医長
	大出 幸子	財団法人聖ルカ・ライフサイエンス研究所 研究員
研究協力者	鶴岡 浩樹	つるかめ診療所
	竹谷内 克彰	東京カレッジ・オブ・カイロプラクティック
事務局		財団法人聖路加国際病院 教育・研究センター 研究管理部 〒104-8560 東京都中央区明石町9-1 電話 03-5550-2423