

マンスリー・ヘルシートピックスのコーナーをリニューアルしました！ここでは、掲載月にこだわらずに、私達が“お知らせしたい事・話題のトピック”などを紹介しています。日比谷診療所・女性医療スタッフ（薬剤師・看護師・歯科衛生士）が、交替での投稿となります。11月は、薬剤師による投稿です。

ドーピング・Doping! アンチ・ドーピング活動について

去る8月～9月、リオデジャネイロにおいて、オリンピック、およびパラリンピックが開催されました。日本人選手の活躍は記憶に新しいです。2020年開催の東京オリンピックに期待が募ります。

さて、リオデジャネイロオリンピックでは、ロシアの選手のドーピング問題が湧出しました。過去大会における検体の再検査により、ドーピングが発覚したアスリートは、メダルの剥奪や、選手活動停止などの制裁を受けています。今回は、オリンピックに関連して、ドーピングをテーマに投稿します。日頃よりスポーツ競技大会に出られている方は、必見です。

ドーピング(Doping)について

ドーピングとは、スポーツなどの競技で運動能力をより向上させる為に、薬物を服用したり、物理的方法を採ったりし、加えて、その事実を隠蔽する行為を言います。オリンピックを代表に、その他多くの競技で禁止されており、違反行為となります。ドーピングは、薬物を用いる以外に、以下のような方法もあり、いずれも禁止されています。

- ◆ 血液ドーピング：自分の血液を冷凍保存しておき、試合の直前に再び体内に入れ、酸素運搬能力を高めること
- ◆ 遺伝子ドーピング：細胞・遺伝子・遺伝因子・遺伝子表現の調整などを競技力向上のために行なうこと
- ◆ ドーピング検査において、他人の尿とすりかえる行為

禁止物質と禁止方法について

禁止物質、および禁止方法は、世界アンチ・ドーピング規程の**禁止表国際基準 (Prohibited List)** に定められ、原則、毎年 1 月 1 日に更新されます。**常に禁止されている物質・競技会の時だけ禁止される物質・特定の競技にのみ禁止されている物質**などの分類があります。昨年迄は、該当していなくても、今年から該当していたということもありますので、正確な情報を収集することが重要です。

アンチ・ドーピング活動

競技・スポーツにおけるアンチ・ドーピング（ドーピング防止）活動は、1999 年の**世界アンチ・ドーピング機構 (WADA)** の設立、および 2005 年のユネスコ（国際連合教育科学文化機関）総会における**アンチ・ドーピングに関する国際条約（アンチ・ドーピング条約）**の採択を経て、世界中に広がっています。日本では、2001 年に、**日本アンチ・ドーピング機構 (JADA)** が設立されました。

JADA（日本アンチ・ドーピング機構）について

日本のアンチ・ドーピング活動は、JADA と文部科学省の連携のもとに、行なわれています。2011 年 8 月、スポーツ基本法が施行されました。この第二十九条において、JADA と連携してアンチ・ドーピング活動を推進することが国の責務として明記され、「**ドーピングの検査、ドーピングの防止に関する教育及び啓発、その他のドーピングの防止活動の実施に係る体制の整備、国際的なドーピングの防止に関する機関等への支援、その他の必要な施策を講ずる**」と謳われています。

JADA では、以下のことを行なっています。

- ◆ 競技会検査（競技会において実施する検査）、および競技会外検査（競技者から提供された居場所情報を基に、事前通告なしで実施する検査）を企画・立案し、実施している
- ◆ ドーピング検査員の養成
- ◆ 競技者をはじめ、チーム関係者・医師・薬剤師・学校関係者・保護者など、スポーツに携わる全ての方にアンチ・ドーピングに関する教育・啓発活動を行なう
- ◆ アンチ・ドーピング活動に関わる調査・研究（教育・啓発に寄与）
- ◆ TUE（治療使用特例：Therapeutic Use Exemptions）の審査（後述）

ドーピングは、なぜ許されないのか？

JADA は、ドーピングを禁止する理由として、以下の 4 項目を挙げています。

1. 選手自身の健康を害する

ドーピングは、薬物を使用する方法が一般的ですが、競技能力を高める為に使用される量、および頻度は、病気やケガの治療目的の使用と比べると格段の差があり、とても危険であるとされています。想定外の使用は、身体を壊してしまう危険性がある為に、ドーピングは禁止されています。

2. 不誠実（アンフェア）である

スポーツ界は、ドーピングに対して、はっきりと反対の姿勢を示しています。大会に参加するには、ドーピング禁止規程を遵守します。スポーツ界のルールを無視して、自分だけこっそり有利になろうとするのは、スポーツマンシップに則っておらず、不誠実であるといえます。

3. 社会悪である

特に一流の選手には、青少年に対する模範としての役割が期待されています。しかし、選手が薬を使って一流になっているとしたら、必ずそれを真似する青少年が出てきます。薬まみれになってでも勝ちたい、あるいは勝てないような競技・スポーツであるならば、それらは、間違いなく世間から制裁を受けます。

4. 競技・スポーツ固有の価値を損ねる

スポーツ固有の価値には、**倫理観・フェアプレー・誠意・健康・優れた競技能力・人格と教育・喜びと楽しみ・チームワーク・献身と真摯な取組み・規則・法規への敬意・自他への敬意・勇敢さ・共同体・連帯意識**などの項目があります。これらの価値が、スポーツの中で、またスポーツを通じて培われると期待されています。決して、優れた競技能力だけに価値が見出される訳ではなく、競技能力は、多くの価値の 1 つに過ぎません。例え、世界記録を出したり、良い成績を残したりしても、ドーピングに手を染めた選手の功績は、絶対に認められるものではありません。

※出典：全日本剣道連盟より

TUE(Therapeutic Use Exemptions)について

TUE は、**治療使用特例**のことをいいます。自身の治療の目的で、禁止薬物に該当する成分、および禁止された方法で服薬している場合は、事前に **TUE 申請**が必要となります。言い換えると、禁止物質や禁止方法であっても、事前に所定の手続きによって、TUE 申請をし、承認されれば、例外的に使用することができるのです。反対に承認されなければ、例え医療上の理由であっても、禁止物質・禁止方法を使用できません。使用してしまうと、ドーピング防止規則違反と判断され、制裁を受けることになります。十分に承認条件を確認したうえで、手続きを行なってください。事後では、取り返しがつきません。

1. TUE の承認条件

以下、具体的な承認条件です。

- ◆ 治療に不可欠な薬剤で、使用しないと健康に重大な影響を及ぼすことが予想される
- ◆ 合理的な代替療法がない
- ◆ 使用しても健康を取り戻す以上に、競技力を向上させる効果を生まない
- ◆ ドーピングの副作用に対する治療ではない

2. 申請手順

- ① TUE 申請書をダウンロードし、アスリートに関する情報をアスリート自身で記入し、医学的情報を伴う診断内容などは、医師に書いてもらう
- ② 国際競技連盟から指定されているアスリートの場合は、同連盟に TUE 申請する。
その他は、JADA に申請する。原則として、TUE 申請が必要な大会の開催 30 日前迄に提出する必要がある。期限を過ぎた場合は、受理されないので、注意する。
- ③ これらの書類を元に、TUE 委員会で審査が行なわれ、アスリートへ結果が通知される。

3. 遡及的 TUE 申請

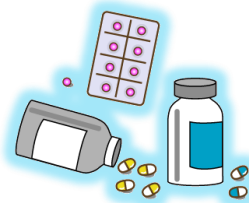
救急治療や急性病状の治療で、禁止物質や禁止方法を使用した場合は、事後であっても速やかに TUE を申請すれば、**遡及的 TUE 申請**として認められます。しかし、通常の申請条件に加えて、**緊急性を証明する医療記録**が必要になります。

安易な使用を避ける為の事前チェック

1. ドーピングに引っかかる可能性がある市販品

ここでは、特に気をつけたい市販の一般用医薬品・要指導医薬品・健康食品・サプリメントについて、記載します。

※薬剤師のためのドーピング防止ガイドブック 2016 より



● 胃腸薬

胃腸薬には、禁止薬物であるストリキニーネを含む生薬ホミカが成分として含まれているものがあります。

● 滋養強壮薬

滋養強壮薬には、禁止薬物であるタンパク同化薬（テストステロン）、およびホルモンの関連物質を含む漢方薬、または、禁止物質のストリキニーネ（ホミカ）が含まれているものがあります。さらに、医薬品以外の健康食品などには、滋養強壮目的の錠剤・ドリンク剤がたくさん市販されており、関連物質が含まれている可能性があります。

● 毛髪・体毛用薬

毛髪・体毛用の塗り薬には、禁止薬物の男性ホルモンが配合されているものがあります。

● 鎮咳去痰薬

市販の鎮咳去痰薬には、トリメトキノール・メトキシフェナミン・エフェドリン・メチルエフェドリンなどの禁止薬物が含まれているものがあります。

● 風邪薬

ほとんどの総合感冒薬には、エフェドリン・メチルエフェドリンなどの禁止薬物が含まれています。

● 鼻炎薬・点鼻薬・アレルギー薬など

鼻炎薬・点鼻薬にも、プソイドエフェドリン・ナファゾリンなどの禁止薬物が含まれ

ていることが多く、またアレルギー剤も禁止薬物が配合されている場合があります。

● 漢方薬

漢方薬を構成する生薬には、様々な成分が含まれています。個々の成分に禁止薬物が含まれるか否かを判定するのは、大変困難な為、利用を控えるのが賢明です。

● 健康食品・サプリメント類

JADA では、健康食品・サプリメントを推奨していません。禁止薬物の定量が、大変困難であるからです。食品に分類される為、医薬品に比べると製造・販売の規制は厳格ではありません。ゆえに、その成分表も信頼できるとは限りません。健康食品・サプリメントの気軽さから摂取して、万が一、禁止薬物が体内から発見された場合は、とり返しのつかないことになります。

上記は、全てを網羅していません。利用に関しては、あくまで**自己責任**となりますので、日頃から気をつけましょう。

2. JADA 認定商品マーク



左のマークは、JADA 認定の商品に貼付されるものです。JADA の設ける基準をクリアしていることを表し、JADA の保証を示しています。

※認定商品の一例

- アミノバリュー4000 (大塚製薬)
- アミノバイタル プロ (味の素)
- ウイダーinゼリー プロテインイン (森永)
- ヴァームウォーター (PET) グレープフルーツ (明治)

その他の商品の詳細は、巻末のサイトから確認できます。



3. スポーツファーマシストを活用しましょう

アンチ・ドーピングに関する専門知識を持つ JADA 公認の薬剤師（**スポーツファーマシストという**）がいます。全国に約 6,000 人居ますが、筆者もその 1 人です。薬などを購入する際に相談しましょう。なお、スポーツファーマシストの詳細は、JADA のホームページの特設サイトから検索できます。

おわりに

大会前に、うっかり風邪薬を飲んでしまった、他人に勧められて栄養ドリンクを飲んでしまったなどが原因で、制裁を受けた事例があります。競技大会に出られる方は、そのようなことが無い様に、事前にスポーツファーマシストなどの専門家に相談しましょう。

※参考サイト

- JADA ホームページ内 TUE 関連書式：<http://www.realchampion.jp/download/6>
- WADA 世界アンチ・ドーピング機構：<https://www.wada-ama.org/>
- JADA 公益財団法人日本アンチ・ドーピング機構：<http://www.playtruejapan.org/>
2016 年度「世界アンチ・ドーピング規程の禁止表国際基準 (Prohibited List)」の日本語版。2016 年度 TUE 事前申請が必要な競技大会一覧なども確認できる。
- JADA アスリートサイト：<http://www.realchampion.jp/>
アスリートが知っておくべきことがわかりやすく掲載されている。
- JADA 認定商品：<http://www.playtruejapan.org/qualified/>

