



うっとうしい梅雨がやっと明けたと思ったら毎日暑い日が続きますね。
みなさん体調管理は大丈夫ですか？暑さに負けず食事と水分をしっかりと摂って
規則正しく過ごしましょう。

今回は「**治験について**」をご紹介します。

治験ってなに？

全ての薬は治験というプロセスを経て私たちの手元に届きます。

私たちは日常さまざまなクスリを目にしています。実はその全てのクスリは開発から10～15年という時間をかけて私たちの元に届けられたものです。基礎研究、動物実験を経た新しいクスリの候補、それはきちんとした効き目のあるもの、安心して使えるものだろうか。実際に健康な人や患者さん達に使い、その安全性と有効性を確かめるプロセスが

治験 = 治療薬の試験

なのです。

あらゆるクスリは治験という道のりを通ってきたものです。私たちが手にしているクスリ、これから手にするだろうクスリは、日本、そして世界で治験に参加してくださった人たちからの贈り物なのです。

当院でもリウマチ薬の治験を行っています。

現在も治験の参加を募集しています。

治験に参加する場合はいくつかの参加基準があります。

治験についてお聞きになりたい方は外来看護師に声をかけて下さい。

質問コーナー

Q：葉酸って何ですか？摂りすぎはよくないのですか？



管理栄養士さんに聞いて見ました～

葉酸はDNAの合成に必要な栄養素であり、細胞分裂や細胞の増殖に関わっています。葉酸が不足すると口内炎や胃腸びらんの原因にもなります。

メトトレキサートはRAの治療に有効な薬剤ですが、葉酸の代謝を阻害するために口内炎や肝機能障害を起こすことがあります。

その予防のために葉酸製剤（フォリアミン）を併用することがありますが、過剰摂取によりメトトレキサートの効果が減弱することが知られています。

野菜等の食品からの摂取では葉酸の摂取量は気にする必要はありませんが、サプリメント（青汁やビタミン剤）などは含有量が多いので注意が必要です。

～葉酸の多い食品をご紹介します～

※一日の葉酸の推奨量は240 μ g

※フォリアミン1錠は葉酸5mg（5000 μ g）

牛レバー	薄切れ5枚	1000 μ g
豚レバー	薄切れ5枚	810 μ g
鳥レバー	1こ	650 μ g
とうもろこし中	1本	190 μ g
えだまめ	小鉢1皿	156 μ g
ほうれん草	小鉢1皿	148 μ g
モロヘイヤ	小鉢1皿	175 μ g