

知って得する **ミニ知識** 健康

過去のテーマは当院ホームページよりご覧いただけます。ぜひご覧ください。

島根県立中央病院 ミニ知識

検索



令和4年

6月のテーマは…

怪しい治療に だまされない

～ちまたにあふれる医療情報を
正しく判断するコツ～

講師

臨床腫瘍科部長 川上 耕史



病院に来てもなかなか解決しない悩みでもテレビやインターネットを見てみるとたくさんの治療法があふれています。世の中、役に立つ健康情報と怪しい情報が入り混じっています。いろいろ眺めるのは楽しいけれど、なかには近づいてはいけない情報があります！

怪しい治療とは…

保険診療

科学的な根拠がある治療

科学的な根拠がない治療

保険外の治療（自由診療）

健康食品

民間療法

ライフスタイルや健康法など

近づいてはいけない治療

- ・健康を損ねる
- ・経済的に過度な負担がある
- ・標準治療を妨げる



特上の治療がある？

標準治療という言葉の誤解

標準治療=並？



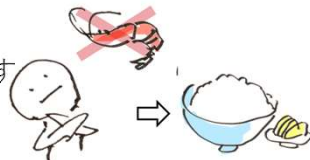
並より
特上がいい

標準治療とは

「世界中の叡智」と
「莫大な費用」となによりも
「同じ病を抱える多くの人たちの協力」
によって確かめられた現時点での最高の
治療のこと

標準治療こそが特上なのです!!

特別な治療は事情があって
標準治療ができない時に行います



先進医療はレギュラー入り
（保険診療）を目指している
補欠の治療のような感じです



だましの手口

その1 「夢の治療効果」

標準治療では叶わない夢のような効果です。
健康増進法や薬事法に違反していますが
みんながやってるから開き直りましょう

えっ、法律違反は怖い？

その2 「あいまい表現」

それなら「ポッコリお腹周りがスッキリ」
とか「頑固な便秘が翌朝ドバツと」
みたいにあいまい表現で逃げておきましょう

その3 「権威づけ」

それっぽい権威づけをしてみよう

- ・〇〇教授の監修
- ・〇〇学会で認められた！
- ・有名人・著名人も愛用
- ・ベストセラー本で紹介
- 他にも
- ・特許番号 〇〇〇番
- ・厚生省も認めた
- ・〇〇〇研究所と共同開発などもあります

その4 「言葉の魔法」

なんとなく不思議な説得力のある言葉を並べて
「だから」・「そこで」などでつなげてみる

- ・天然由来成分だから副作用の心配がありません
- ・最先端の抽出方法で純度の高い〇〇だから絶大な効果

何の説明にもなっていないのに
そんな気がしてくる

上級テクニック

本当に正しい医学的情報を書いておいて
最後に「だから」・「そこで」などで
怪しい治療を付け加える。

書いてあることが難しいほど
よくわからないけど納得してしまう

その5 「体験談」

体験談や効果のあった例を出す
（症例とったりします）

この手口の背景には
「使った」→「治った」→（だから）「効果があった！」
と信じてしまう暗黙の思い込みがあります。

これは『3た論法』という有名なでたらめ論法です。

『3た論法』が正しいなら

- ・「毎日ドーナツを食べた」→「風邪が治った」
→「ドーナツは風邪に効果があった！」
- ・「毎朝ナマコにお祈りした」→「晴れた」
→「ナマコ祈祷は晴れを呼ぶ効果があった！」

...なんでもありになりますね



怪しい治療を見抜くポイント

これをみたら怪しい治療！

①「夢の治療効果」

- ・すべてのがんが消える！
- ・必ず効く
- ・がまんしなくていい

②「あいまい表現」

- ・ポッコリがスッキリ
- ・翌朝ドッサリ

そもそも科学的根拠がない

- ①ヒトを対象とした臨床試験
- ②統計学を用いた検証
- ③学術誌に論文として発表

⑤「体験談」

- ・患者さんの体験談
- ・よく効いた例

④「言葉の魔法」

- ・最先端の
- ・伝統医学の
- ・天然成分の

③「権威づけ」

- ・〇〇学会公認
- ・厚労省が認可
- ・学会で絶賛

その他

- ・3た論法
- ・新聞の一面にバイブル本
- ・好転反応
- ・「免疫療法」「ゲノム」

1つでも十分、2つならかなり、3つなら完全に怪しい

どうしても気になったら...

まずは冷静になって「go.jp」や「ac.jp」で終わるサイトで情報をさがす

「商品名」・「製造会社名」と「消費者庁」で検索してみる

コレだけは避ける!!

近づいてはいけない治療

- ・健康を損ねる
- ・経済的に過度な負担がある
- ・標準治療を妨げる

消費者事故や指導などが確認できる

絶対ダメな治療やおかしな学会に入っていないか確認する

1つでもあれば自由診療は避ける

効果がなくても
まあいいかと思える費用にとどめる

高額な費用を払うと「効くはずだ」と思いたくなる

米国のがん患者さんの調査では補完代替療法の利用者は生存期間が短いことがわかりました。しかしその原因は補完代替療法そのものよりも標準治療の拒否の影響が大きいと考えられました。

(JAMA Oncol. 2018 Oct 1;4(10):1375-1381.)

そして、もし標準治療を妨げる治療であれば絶対に近づいてはいけません。

まとめ

- ・治療や医療・健康の情報は「①根拠があるもの」「②根拠がないもの」「③近づいてはいけないもの」を区別しよう
- ・「科学的根拠がないもの」をそれらしく見せるテクニックを思い出して、怪しい治療ポイントをチェックしよう
- ・「近づいてはいけない治療」を避けるために、まず信頼できる情報を調べてから、情報に危険なサインがないか慎重に判断し、少しでも不安があればひきかえそう

怪しい治療がどうしても気になる時には、
害がなさそうなことを確認して、
おこづかいの範囲で
試してみるのほマンかもね。

