

4. 特に気をつけたい要指導医薬品・一般用医薬品と健康食品・サプリメント

1) 胃腸薬に注意

胃腸薬にはヒゲナミンやストリキニーネ(いずれも禁止物質)を含有する生薬チョウジやホミカが成分として含まれているものがあります。ヒゲナミン(チョウジ)はベータ2作用薬、ストリキニーネ(ホミカ)は興奮薬として禁止され、検出されれば直ちに違反です。胃腸薬を使う場合は禁止物質が含まれていないことを確認しましょう。

(例) 使ってはいけない胃腸薬

パンジアス顆粒(第一薬品工業)

金魚胃腸薬(大和合同製薬)

ソルマック EX2(大鵬薬品)

ワクナガ胃腸薬 G(湧永製薬)

赤玉はら薬(大和合同製薬)

など

2) 滋養強壮薬に注意

滋養強壮薬には、禁止物質である蛋白同化薬(テストステロン)及びホルモンの関連物質を含む漢方薬、また、禁止物質であるストリキニーネ(ホミカ)が含まれているものがあります。そして、医薬品以外のいわゆる健康食品として、滋養強壮目的の錠剤やドリンク剤が多数市販されており、これらの中にテストステロン等の関連物質が含まれている可能性も否定できません。**国スポ期間中に限らず、普段から使用しないようにしましょう。**

* 蛋白同化薬及び関連物質には、テストステロン、メチルテストステロンの他に、生薬成分である、海狗腎(カイクジン)、麝香(ジャコウ)、鹿茸(ロクジョウ)などがあります。

(例) 使ってはいけない滋養強壮薬: 蛋白同化薬(テストステロン)及びホルモンの関連物質を含む

オットピン-S(ヴィタリス製薬)

グローミン(大東製薬工業)

ブリズマホルモン軟膏(原沢製薬工業)

ペレウス(森下仁丹、日邦薬品工業)

強カバロネス(日新製薬)

外用ホルモン塗布剤オットピン(ヴィタリス製薬、大和製薬)

トノス(大東製薬工業)

ブリズマホルモン錠(原沢製薬工業)

マイクロゲン・パスタ(啓芳堂製薬)

金蛇精(糖衣錠)(摩耶堂製薬) など

3) 毛髪・体毛用薬に注意

毛髪・体毛用塗り薬では、男性ホルモンが配合されているものがあり、禁止されています。

国スポ期間中に限らず、普段から使用しないようにしましょう。

(例) 使ってはいけない体毛用薬: 蛋白同化薬(テストステロン)及び関連物質を含む

ペレウス(森下仁丹、日邦薬品工業)

マイクロゲン・パスタ(啓芳堂製薬) など

参考: 一般用医薬品ではありませんが、円形脱毛症の場合には、糖質コルチコイドの内服が用いられることがあります。

4) 鎮咳去痰薬に注意

市販の鎮咳去痰薬に含まれるトリメチノール、メキシフェナミンは禁止物質とみなされます。

また、生薬の南天実にはヒゲナミン(禁止物質)が含まれます。

(例) 使ってはいけない鎮咳去痰薬: トリメチノール、メキシフェナミンを含む

アスクロン(大正製薬)

新トニン咳止め液(佐藤製薬)

新カネドリン錠(廣昌堂)

フストールシロップ A(オール薬品) など

5) 漢方薬に注意

漢方薬を構成する生薬には、それぞれたくさんの成分が含まれており、1つ1つの成分が禁止物質にあたるかどうか特定するのは困難です。漢方薬にも明らかに禁止物質を含むものがあり、例として、丁子、附子、細辛、南天実、呉茱萸などにはヒゲナミン、麻黄にはエフェドリンやメチルエフェドリン、プソイドエフェドリン、ホミカにはストリキニーネ、そして前述の滋養強壯薬には蛋白同化作用を示す成分が含まれています。また、半夏にも微量ですがエフェドリン類が含まれるので、注意が必要です。さらに名前が同じでも製造販売会社、原料の産地、収穫の時期などで成分が違うことがあります。その他、カタカナ表記で西洋薬と間違えてしまうような漢方薬もあります。

○漢方薬の TUE 申請について:一般的に漢方薬を使用しなくても疾患の治療が可能な場合が多く、TUE 国際基準の付与基準に該当せず、承認されません。また、漢方薬が含有する禁止物質が特定できない場合 TUE 申請ができません。TUE は物質を申請して、その物質に対して治療使用特例が認められます。漢方薬の方剤名は物質名ではありませんので、方剤名で TUE 申請はできません。

6) 風邪薬やのど飴に注意

多くの総合感冒薬(いわゆる風邪薬)には禁止物質のエフェドリンやメチルエフェドリン等が含まれ、また、のど飴には禁止物質のヒゲナミンが含まれているものもあるため、注意が必要です。

7) 口内炎用薬に注意

口内炎用薬には、競技会(時)に禁止される糖質コルチコイドを含む軟膏等が多いので注意が必要です。例えば、経口投与のトリアムシロンのウォッシュアウト期間は 10 日です。

(例) トリアムシロンを含む使ってはいけない口内炎用薬:

アイン口内軟膏A(小林薬品工業) アフタガード、アフタッチA(佐藤製薬)
 オノフェ口内軟膏、オロファニック口腔用軟膏(協和薬品工業)
 口内炎軟膏大正クイックケア、口内炎パッチ大正クイックケア(大正製薬)
 トラフルダイレクトa、トラフル軟膏PROクイック(第一三共ヘルスケア)
 ヒパール口内炎軟膏(日邦薬品工業)

8) その他の注意する医薬品

○鼻炎用薬:市販の鼻炎用薬には興奮薬として禁止されるプソイドエフェドリンが配合されていることが多く、注意が必要です。

○鼻づまりの点鼻薬、点眼薬:ナファゾリン等の血管収縮剤は、点鼻・点眼を含む局所使用が許されていますが、何回も多量に使用して体内に吸収されると、アンチ・ドーピング規則違反が疑われる可能性があります。また、点鼻薬は連用により鼻づまりを悪化させる恐れがあります。

○アレルギーの内服薬:市販のアレルギー用薬には禁止物質が配合されていることがあり、注意が必要です。

9) 健康食品・サプリメントに注意

国内外で多数の健康食品・サプリメントが入手できますが、世界アンチ・ドーピング機構(WADA)は、スポーツでのサプリメントの使用を推奨していません。

また、「JADA サプリメント分析認証プログラム」は、2019年3月31日をもって終了し、国内で問題なく使用されてきた JADA 認証サプリメントが使用できなくなりました。そのため、アスリートは何を基準にサプリメント選ぶべきかを考える必要があります。

ハイパフォーマンススポーツセンター(HPCS)は、サプリメントを食事から不足する栄養素を補うための「ダイエタリーサプリメント」と、パフォーマンス向上のために特定の効果が期待される「パフォーマンスサプリメント」の2種類に分けて考えています。このほかにスポーツの場面で有用な食品には、スポーツフードがあり、「特定の栄養素を簡便に摂取できるように開発された食品」を指します。

サプリメントには禁止物質混入のリスクが付きまといまます。一方で、サプリメントを利用しないと栄養素の不足に陥る、衛生環境の悪い地域へ遠征に行くなど、どうしてもサプリメントを利用しなければならない場合があります。(ダイエタリーサプリメント)。



引用: https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/study/sports_nutrition/tabid/1492/Default.aspx

また、高い競技レベルの選手において科学的根拠に基づいたパフォーマンス向上効果を期待してサプリメントを利用する場合(パフォーマンスサプリメント)には、意図しないアンチ・ドーピング規則違反を防ぐ最大限の努力が必要です。

選択における方法として、2019年3月に発表された「スポーツにおけるサプリメントの製品情報公開の枠組みに関するガイドライン」から、以下の民間のアンチ・ドーピング認証プログラムが検討されます。サプリメントの使用を推奨するものではありませんが、製品を選択する際の参考にしてください。

認証マーク	認証機関 (国名)	認証マーク	認証機関 (国名)
	LGC (イギリス)		LGC (イギリス)
	BSCG (アメリカ)		NSF (アメリカ)
	LABDOOR TESTED FOR SPORT (アメリカ)		HASTA (オーストラリア)
	COLOGNE LIST (ドイツ)		TSP (日本) ※BSCGにて分析
	FQSC (日本)		

また、上記にある認証マークがない製品について、認証マークはないが禁止物質が含まれていないと検査されている製品も存在します。

○アンチドーピングのためのスポーツサプリメント製品情報公開サイト(日本分析センター):

<https://www.sports-supplement-reference.jp/>

一方、禁止物質が含まれている製品を照会しているサイトも存在します。

○Supplement411: <https://www.usada.org/athletes/substances/supplement-connect/>

●サプリメントの必要性を考えよう!

アスリートから「サプリメントを服用したい」と相談された場合、食事から栄養が十分に摂れずに本来の能力が低下してしまう JISS が示す「ダイエタリーサプリメントおよびスポーツフード」は、アンチ・ドーピングに対応したサプリメントの服用が勧められます。しかし、アンチ・ドーピング制度において競技力向上の効果がある物質は禁止物質として厳格に禁じられていることからすれば、服用が許されているサプリメントには競技力向上の効果がないはずなので、果たしてサプリメントを服用するメリットが本当にあるのか、ということのアスリートと一緒に考えていただきたいと思います。

最終的には、サプリメントの摂取はアスリートの判断になりますが、サプリメントによるドーピングの違反となる場合のデメリットと、サプリメントを服用するメリットを今一度比べ、薬剤師のリテラシーを駆使してアスリートをサポートしてください。