

質問コーナー

当院のホームページに寄せられたメールでの
問い合わせ（質問）にお答えするコーナーです



Q. ヒアルロン酸とかコラーゲンとかの飲むサプリメントの宣伝を見かけますが、私の知る範囲でも相当に高価なこの種のサプリメントを常用している者もいます。実際効果があるのでしょうか。

A. ヒアルロン酸の注射に関しては、膝関節と肩関節のみ健康保険で認められています。これは科学的データに基づき有効性が認められているからです。

お尋ねのヒアルロン酸の経口摂取の有効性については、現在のところ相反したデータが出されています。ただ有効と結論づけたデータも自覚的に痛みが良くなったというものであって、例えばX線検査などで改善したというような客観的な科学的データが乏しい状態です。

単純に考えてもヒアルロン酸のような巨大分子は腸管で吸収される時分解されてしまうため、直接関節に行って効果を出すとは考えにくいです。

一般にサプリメントとして販売されているものは、科学的データとして有効性が認められていないために健康保険に採用されていません。しかし、食習慣の中で摂取が難しかったり、年齢的にも不足しているものを補充することは間違っていないと思いますし、全く効かないというデータもないのです。あるいは個人差があるということも可能性としてはありうると思います。

従って『これは無効であるから飲むな』と言うことを公に述べるわけではなく、既にこれらを飲んでいるかたの場合はご本人が判断し、有効に感じないものは続けられないようにしていただければと思います。

～ GW休暇のお知らせ ～

GWは暦通り

4/29（木）、5/3（月）～5（水）

を休診とさせていただきます。

ご迷惑をおかけしますが、宜しくお願い致します。