

自覚症状のある人が1000万人も

関節痛の改善に効果を発揮する

「白ウコン」のパワーとは

歩くのがおっくうになる、ひざの痛み。もう我慢しなくていいかもしれません。白ウコンエキス配合のサプリメントを処方したクリニックで、患者さんたちに起こった驚きの結果を紹介します

取材・文◎島田ゆかり イラスト◎みずうちさとみ デザイン◎泰司デザイン事務所



中高年は避けられない 関節痛のリスク

寒い季節になると、ひざなどの関節が痛むことはありませんか。その原因、寒さだけではないのです。

関節痛の多くは「変形性膝関節症」という病気で、加齢により関節の軟骨がすり減ることで痛みや腫れが起こります。悪化すると関節の曲げ伸ばしがしにくくなったり、歩いたときに痛みが生じたりして、日常生活に多大な影響を及ぼすように。厚生労働省の報告書「介護予防の推進に向けた運動器疾患対策について」によると、痛みの自覚がある患者数は

約1000万人、潜在患者数（X線診断による患者数）は約3000万人と推定されています。加齢が主な原因で起こる関節痛は、年を取るだけでリスクが上がる病気といえるでしょう。

現在の治療法は、鎮痛剤の投与やひざ関節内へのヒアルロン酸（潤滑剤）注射、リハビリが主流です。根治するものではなく、症状を和らげる対症療法しかありません。薬の継続服用も含めて、この先どうつき合っていくかが、医師にも患者さんにも課題です」と話すのは、うらはし整形外科クリニック院長の浦橋斉悟先生。

「鎮痛剤は、飲み続けると肝臓や腎臓、胃腸などに負担をかけるため、できるだけ減らしたいところです。また、ヒアルロン酸注射は、健康保険が適用されるとはいえ、回数に限度があり、週に1本を5回（計5週間分）、その後は2週間に1本までという制限があります。保険適用外になると治療費が高額になることもあり、患者さんは痛みをこまかしな

がらの治療になってしまいうのです。さらに、軟骨がすり減りなくなっているような重度になると、手術をして人工関節を入れることになりすが、これはあくまで最終手段。手術は麻酔が必要になり、身体に負担が

お話を伺ったのは
浦橋 斉悟 先生



うらはし せいごうらはし整形外科クリニック院長。医学博士。日本整形外科学会専門医、認定リハビリテーション医。日本体育協会公認スポーツドクターも務める。リハビリとスポーツ医学が専門

かかります。なんとかその手前で対処して、身体への負担や痛みなく歩けるようになってほしいというのが私の思いです」

そこで浦橋先生は、白ウコンエキスの「関節痛改善効果」に着目。クリ

ニックに通う中程度の変形性膝関節症を患う50歳以上の14名に、今までの治療と並行して白ウコンエキスを含むサプリメントを摂ってもらいました。

レントゲンではわからない 医者も驚いた痛みの改善

白ウコンの根に含まれる「ラブラダイン」という成分には薬理作用があり、近畿大学農学部名誉教授の駒井功一郎先生が「関節炎抑制に顕著な効果がある」との研究データを発表し、

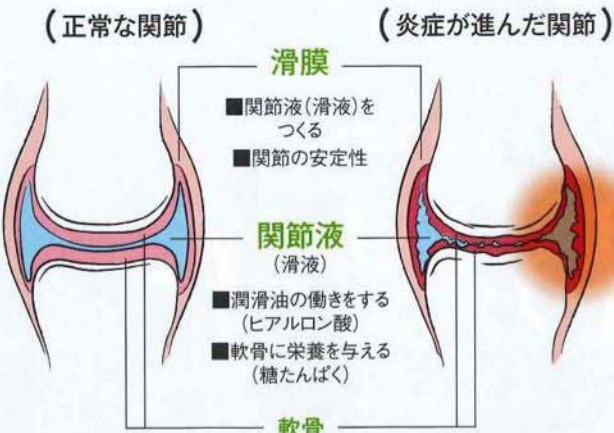
特許も取っています。浦橋先生は、この研究成果に着目したのです。

「今回は、14名のうち6名の患者さんに顕著な改善が見られました。サプリメントを1日2粒飲んでもらい、1週間から10日くらいで『痛みがなくなってきた』と感じたそうです。この6名の患者さんは、鎮痛剤の服用回数が徐々に減り、結果的に薬が不要になりました。『薬よりもサプリメントのほうがいい』と、継続して飲んでいきます」

浦橋先生は、白ウコンエキスの効果の高さから、さらに多くの患者さんにサプリメントを摂ってもらうようになったといいます。

「ある患者さんは、レントゲン写真を見ると『これはかなり痛いはずでは……』という骨の状態にもかかわらず、スタスタと歩いている。痛みもなくなりました。これには私も驚きました。レントゲンには炎症は写りませんがわかりませんが、炎症が治まったのでしょうか。また、ヒアルロン酸注射の回数が減った患者さんいます。サプリメントを服用したことで、関節内のヒアルロン酸が長持ちするのかもしれない。これも患者さんの負担を軽減するうれしい効果です」

白ウコンエキスが関節の炎症を抑



制するのは、「滑膜組織の増殖を抑え、正常な状態へ導く」ため。加齢などに伴い軟骨がすり減ると、関節液をつくる「滑膜」が炎症を起こし、滑膜組織が「異常増殖」します。すると、滑液が正常に生産されなくなり、炎症が悪化して、水が溜まったり、骨が棘状に変形するなどして痛みを発症するのです。さらに、白ウコンエキスには「ヒアルロン酸を破壊する酵素を抑制する」という効果もあるため、注射の回数が減った患者さんもいたのでしょうか。ほかにも杖がいらなくなった人、歩行距離がのび

た人など、効果を実感する人が増えているそうです。

「関節痛の初期であるほど、炎症抑制の効果は出やすいと思います。この先、痛みなく元気に歩き続けるための予防策として、白ウコンエキス配合のサプリメントはおすすめ。私のクリニックでも継続して紹介していく予定です。また、関節を酷使するアスリートにも予防効果があるのではないかと考えています」

整形外科医も驚くほどの効果がある白ウコンエキスに、注目してみたいかがでしょうか。

