

## 鉄剤について

介護老人保健施設たんぼぼ（鬼北町近永） 河野 秀久

体の鉄が不足すると赤血球の中の「ヘモグロビン」が減少し、「貧血」になることはご存知だと思います。もちろん、ヘモグロビンを作るためには、鉄以外にもタンパク質や種々のビタミンが必要で、貧血の原因となるのは鉄不足だけではありませんが、これが一番多い原因であることは間違いありません。鉄不足が確認され、また消化管出血などの病気ではないことが確認されると、鉄剤を使用して治療します。「鉄欠乏性貧血」になると、食事だけで改善させるのは難しいためです。しかし、貧血が改善すると、そこで鉄剤はもう必要ないと考えてしまう方がおられます。実は、この時点ではまだ体の鉄不足は続いています。

ヘモグロビン以外にも、体内で鉄を必要とする成分はたくさんあります。筋肉の収縮に必要な「ミオグロビン」、ミトコンドリアの

中でエネルギー代謝にかかわる「チトクロームc」、肝細胞の中で解毒作用をする「チトクロームp」、白血球の中で殺菌作用をする「ペルオキシダーゼ」、核酸合成に関与する「リボヌクレオチド還元酵素」など……。成長や体の維持、免疫機能などに重要な働きをしています。不安定な鉄不足の状態では、貧血が改善していても、これらの成分が正常に戻っているとは限りません。特に、成長期の年齢では、鉄不足はちゃんと治療する必要があります。

確かに、必要以上の鉄剤は、逆に活性酸素を増やしすぎて体に良くないと言われています。多量の鉄分が体内に貯まると「ヘモクロマトシス」という病気をひき起こすことがあります。けれども、消化管には「粘膜バリア」という機能があって、吸収された鉄が増えるとその後の鉄吸収が抑制さ

れ、常用量の内服摂取であれば鉄過剰状態にはなりにくい仕掛けになっています。

ただし、過剰ではなくても、鉄剤そのものが状態を悪化させてしまう病気もあります。「消化管の炎症性疾患（潰瘍性大腸炎やクローン病など）」や「C型肝炎」では鉄剤の使用は慎重になる必要があります。鉄を控えたほうが良い肝炎（ただし、貧血をきたさない程度に）とは、医学的に証明されているのはC型肝炎ですが、「非アルコール性脂肪性肝炎（NASH）」でも同じ現象が考えられます。『脂肪肝で肝機能に異常がある』といわれている方は主治医の先生とよく相談してください。

また、鉄剤と一緒に飲むと、効果が落ちてしまう薬があります。テトラサイクリンやニューキノロン系の抗生物質、パーキンソン病



の治療薬、ビホスフォネート系の骨粗しょう症治療薬などです。病院の処方箋を「お薬手帳」といっしょに提示すれば、薬剤師さんが注意してくれますが、鉄分を含むサプリメントを自分で買っている方は注意が必要です。

