

日野病院 病院長 孝田 雅彦



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

陥っていませんか？ 自然リスクバイアス

皆さんは医師から「新しい薬を飲む必要がありません」と言われたとき、どのように対応されますか。

例えばコレステロールが高い場合、患者さんに薬を処方しようと言った、「これからずっと飲まないといけないですね」「副作用が心配です」などの懸念があり、コレステロールが高いと将来的に心筋梗塞や脳梗塞などのリスクが上昇することを説明しても躊躇する患者さんが多くいます。人というのは、将来の出来事について見積もることが苦手であり、より近い将来のリスクを重視します。

他の例では、ワクチン接種において将来感染症にかかるリスクよりもワクチンの副作用をより重要視し、ワクチンを拒否する方があります。これらは自然リスクバイアスと呼ばれ、自然に起こるリスクは受け入れられる一方で、薬やワクチンなどの人工的なリスクに対する恐れが強くなる傾向があります。

早期がんが発見された時、将来進行して命にかかわることよりも、手術のリスクを心配するのも同様の自然リスクバイアスです。見方を変えると、先のことよりも今を優先する現在バイアスでもあります。

これは人が進化の過程で身につけた、リスク回避の習性です。人が猿から進化して以来つい最近まで10年20年先を考えて生きるよりも、目の前の危険を回避することの方が遙かに生存確率が高くなる環境で生きてきたためです。このような状況に遭遇したとき、自身自身が現在バイアスや自然リスクバイアスに陥っていないか確認してみましよう。

効果がなくても効く？ プラシーボ（偽薬）効果

次に、〇〇薬を飲めば立ち所に良くなる、私もびつくりするぐらい良くなりましたといったテレビコマーシャルをよく見かけます。出てくる患者さんは元気でとても幸せそうです。ところが、実際にはほとんど効果が無いことが多いのが現状です。

それでは、でていた患者さんはみんな嘘つきなんでしょうか。そうともかぎりません。それはプラシーボ効果かもしれないのです。

プラシーボ（偽薬）効果とは、実際には効果のない薬でも患者が効くと思っただけで、効くことがあつたことを言います。医師が処方する薬剤はこのようなプラシーボ効果ではなく、本当の効果が証明されています。



その証明の方法は、効果を見たい薬剤と全く効果のない、例えば砂糖のようなものを患者さんにはどちらが入っているか分からないようにして、本物の薬を投与した群と偽物を投与した群の効果を比較して、本物の薬が偽物より統計学的に効果が高かったとき初めて薬が効いたと判定します。私もいくつかの薬の臨床試験に参加しましたが、偽物でも何らかの効果が出ました。

プラシーボ効果自体は悪いことではありませんが、これを利用して効果のない薬を売りつける業者にだまされないようご注意ください。