



転ばぬ先の杖 —挫折しないためのアドバイス

何度も挫折した

僕がエイズという病気と初めてまじめに取り組み合ったのは1991年のことです。島根医科大学の学生だった僕たちは、有志を募り、「エイズから社会を考える会（略称、エーから）」というサークル(?)を立ち上げました。

当時はまだエイズは不治の病でした。かかったら死ぬ病気だったのです。ですから、僕ら医学生の活動も、エイズで亡くなった患者の追悼を行ったり（メモリアルキルトという活動をお手伝いしていました）、予防のための性教育を中学校や高校で行ったりしていました。

当時からジドブジンなどの抗HIV薬はありました。しかし、エイズは当時、まだ薬で治る病気ではありません。僕らもときどき勉強会とかして、「プロテアーゼ阻害薬の作用機序」みたいな議論をしていましたが、どうしても観念的というか、地に足のついていない感じは否めませんでした。まあ、教科書や論文を読んで勉強会をするよりも、シンポジウムを開いたり、性教育の授業をやったりする「活動」のほうが若くてナイーブな医学生の気分によりフィットしたという理由もあるでしょう。治療薬については十分勉強できなかったようです。

沖縄で1年間の初期研修の後、僕はアメリカに渡り、内科研修医としてニューヨーク市の病院で働くようになります。これが1998年のことです。

最初はエイズの勉強どころではありませんでした。英語も苦手でアメリカの生活も、病院や医療の仕組みも全然分かっていなかった僕は、毎日を大過なくやり過ごすので精いっぱいだったからです。そもそも、基本的な内科の知識も全く足りていなかったのです。エイズの勉強よりも、心筋梗塞や糖尿病、高血圧といった病気の対処法を勉強するので手いっぱいでした。

すでにHAARTと呼ばれる非常に効果の高いエイズ治療方法は開発され、実用化されてはいましたが、まだまだ重症のエイズ患者が多かった頃です。「HIV病棟」というのがありまして、病棟いっぱいにエイズ患者が入院していました。そこをローテートしたときに、ニューモシスチス肺炎やクリプトコッカス髄膜炎の

治療法を学んだのですが、外来での抗 HIV 薬の使い方のレクチャーを受けてもちんぷんかんぷん。全然理解できませんでした。抗 HIV 薬って本当に分かりづらい…勉強しにくい…はっきり言って苦手。僕の第一印象はこんな感じでした。では、なぜ抗 HIV 薬は分かりづらいのか。

名前がややこしい

まず、名前が分かりづらい。抗 HIV 薬には3種類（場合によってはもっと）の名前があります。例えば、ジダノシンという抗 HIV 薬には、

ジダノシン (didanosine)

ddl

ヴァイデックス® (Videx®)

という3つの名前がついています。最初のジダノシンというのは一般名といいまして、薬の正式名称です。ヴァイデックス®というのは商品名といって、こちらは商品として売り出すときの名前……。まあ芸能人の芸名みたいなものです。ジダノシンとヴァイデックス……。全然似ていませんね。ややこちいですね。

とはいえ、この「ややこちさ」はどの薬にもついて回る「ややこちさ」です。糖尿病の薬でも高血圧の薬でも、一般名と商品名があります（アテノロールとテノーミン®とか、メトホルミンとメトグルコ®とか…）。だから、まあここは辛抱しなくては行けないかもしれません。

ところが、抗 HIV 薬にはこれに加えて「略号」というのがあるのです。それが

ddl

です。「でーでーあい」と読みます。3種類も名前があったら、面倒くさくて覚えにくいですよ。

まあ、でも略号は結構便利なのです。まず、カルテに書くとき3文字なのですぐ書けます。それに、治療薬を表にしたときとかも、略号を使ったほうが見やすいです。後にも述べますが、抗 HIV 薬は複数まとめて使います。



ジドブジン・ラミブジン・エファビレンツ

とカタカナが並んでいると、なんか呪文みたいで訳分らないですよね。これが

AZT/3TC/EFV

だと、ちょっと読みやすくありませんか？（そうでもないか…）

ジダノシンは、まだ名前が3つだからましなのです。これがジドブジンになると、もっとひどいです。というか、ジダノシンとジドブジンがそもそも似ていて分かりにくいじゃないか、という突っ込みが入りそうです。

ジドブジンの場合、

ジドブジン (zidovudine)

AZT

レトロビル® (Retrovir®)

に加え、

ZDV

という別の略号があります。さらに、他の薬との合剤も出ています。これはラミブジンという別の抗 HIV 薬との合剤で、「コンビビル®」という商品名が付いています……あ、そこのあなた、目を覚ましてくださいね。

こんなわけで、抗 HIV 薬はたくさんの名称を持っています。しかも、結構似ています。ddI？ ddC？ ビラセプト®？ ビラミューン®？ 似たような名前の薬の羅列。エイズを勉強しようと思っても、ここで多くの人がつまずいてしまうのです。僕もつまずいたのです。

! Point

▶ 抗 HIV 薬にはいろいろな名称があり、ややこしい。

組み合わせがややこしい

さらにややこしいことがあります。抗 HIV 薬は単剤では使えないのです。耐性ウイルスが出てしまうので、結核みたいに必ず複数組み合わせて使うのが基本で

す。通常は3剤組み合わせます。

といっても、でたらめに何でも3つ組み合わせて出せばよいというわけではありません。一定の組み合わせのパターンがありまして、このパターンに則った形で組み合わせを作らなければなりません。また、「組み合わせてはいけない」パターンもあります。これは治療効果が下がってしまったり、あるいは副作用が増えてしまうような不都合な点があるためです。こういう組み合わせはやってはいけませんよ、というパターンです。

学ぶとは、やるべきことを学び、やってはいけないことも学ぶことなのだと思います。どちらも知っておかねばならないのです。

! Point

- ▶ 抗 HIV 薬は複数組み合わせて用いなければならない。
- ▶ 通常は3剤で組み合わせる。
- ▶ 組み合わせはでたらめではなく、組み合わせるべき一定のパターンがある。
- ▶ 組み合わせては「いけない」パターンもあることに要注意。

ガイドラインがどんどん新しくなっていく

HIV/エイズは、医学の中でも非常に進歩の早い領域です。どんどん新しい治療薬が開発され、臨床試験が行われ、治療法がどんどん新しくなっていきます。診療ガイドラインは複数あり、どんどん改定されていきます。こんなにしょっちゅうガイドラインが改定されるようだと、せっかくここで勉強しても無駄になってしまうのではないのでしょうか？ 直感的にはそのような心配が出てきますね。

僕らが用いる診療ガイドラインには大きく分けると3つあると思います。HIV感染症治療研究会の出している「治療の手引き」、それとアメリカから出ている2つのガイドラインです(巻末参考文献をご参照ください)。これらのガイドラインは毎年1回、あるいはそれ以上の頻度で改定がなされます。やれやれ、こんなにたくさんのガイドライン、全部網羅するなんてとても不可能だよ。そんな苦情も聞こえてきそうです。

では、このような抗 HIV 薬の困難をどうやって払拭していったらよいのでしょうか。



反復練習と、一步一步 (one step at a time)

ここで、薬の名前についての困難と、薬の組み合わせの困難について、僕なりの対応策をご提案したいと思います。

ツルバダ[®]・ストックリン[®]

まず、最初から組み合わせで覚えてみましょう。まずは次の組み合わせ「だけ」覚えましょう。

ツルバダ[®]・ストックリン[®]

次にツルバダ[®]・ストックリン[®]、ツルバダ[®]・ストックリン[®]…と10回唱えてみてください。そんなばかばかしいことしなくてもこのくらい覚えられるわい？ そういう（ノリの悪い？）方は、この部分を省略してくださっても結構です。

覚えましたね。これをまずはベースにしましょう。

ツルバダ[®]もストックリン[®]も商品名です。3つある抗HIV薬の名前のうち、芸名のような名前だったのでした。薬の名前は一般名で覚えるか、商品名で覚えるか？ここは賛否両論あるとは思いますが、臨床現場で一番流布している呼称は商品名です。一番通りのよい名前から（まずは）覚える、というのは理にかなっているのです。まずは商品名からスタートさせましょう。商品名に慣れたら、一般名。それに慣れたら略号。こんなふうにゆっくりゆっくり一步一步やっていくのがよいと思います。

ツルバダ[®]は合剤でして、テノホビルとエムトリシタビン（共に一般名）という2種類の抗HIV薬が入っています。ストックリン[®]は一般名をエファビレンツという抗HIV薬です。なんで商品名と一般名って全然似てないんでしょうね（涙）。

略号で言うと、ツルバダ[®]はTDF（テノホビル）とFTC（エムトリシタビン）を合わせてTDF/FTCと呼びます。ストックリンはEFVです。略号で書くと、

ツルバダ[®]・ストックリン[®]