



上手なセルフメディケーション

薬事法の改正により、6月1日から一般薬の販売方法が変わりました。これを期に、より安心して適切に一般薬を使用し、自分で自分の体をケアする習慣をつけましょう。

《風邪薬選びの基礎知識》

総合感冒薬の成分・働き

● 熱や痛みをやわらげる

アセトアミノフェン〔非ピリン系消炎鎮痛剤〕、エテンザミド、イブプロフェン、アスピリン〔非ステロイド系消炎鎮痛剤〕など

注意！ 非ステロイド系消炎鎮痛剤は胃腸障害を起こしやすいので、空腹時には飲まないようにしましょう。

副作用で喘息が起こることがあるので(特にアスピリン、イブプロフェン)、喘息の人は注意が必要です。また、アスピリンは15歳以下の子供には飲ませないようにして下さい。

● 咳をやわらげる

リン酸ジヒドロコデイン、ノスカピン、リン酸ジメモルファン、臭化水素酸デキストロメトルファン〔中枢性鎮咳薬〕、塩酸メチルエフェドリン〔交感神経興奮薬〕、ヒベンズ酸チペピジンなど

注意！ 中枢性鎮咳薬は、副作用で便秘になることがあるので、普段から便秘がちな人や胃腸、痔疾患のある人は注意が必要です。また痰がきれにくくなるので、気管支喘息発作のある人は避けたほうがよいでしょう。

交感神経興奮薬(メチルエフェドリン)は、高血圧、心臓病、糖尿病、甲状腺機能亢進症の症状を悪化させるおそれがあるので、注意が必要です。

● 痰を切れやすくする

グアヤコールスルホン酸、グアイフェネシン、塩酸ブロムヘキシンなど

● くしゃみ・鼻水・鼻詰まりをやわらげる

マレイン酸クロルフェニラミン、ジフェンヒドラミン、マレイン酸カルビノキサミン〔抗ヒスタミン薬〕など

注意！ 眠気や喉の渇きといった症状が出る場合があります。また、前立腺肥大症や緑内障の症状を悪化させる場合があるので、購入する際に薬剤師に相談しましょう。

● 炎症をやわらげる

塩化リゾチーム、ブロメライン〔消炎酵素剤〕、トラネキサム酸〔抗プラスミン剤〕など

注意！ 塩化リゾチームは卵(卵白)由来の成分なので、卵アレルギーの人は飲まないでください。

ブロメラインは鼻出血などの出血傾向が現れることがあります。

● 眠気を防ぐ

(無水)カフェイン、安息香酸ナトリウムカフェインなど

注意！ 多くの風邪薬は1日の服用分にコーヒー1.5~3杯分のカフェインが含まれています。紅茶やコーヒーなどカフェインを多く含む食品と一緒に摂ると、動悸がしたり、眠れなくなることがあります。また、栄養ドリンクにもカフェインが入っているものがあるので、一緒に飲むときは、カフェインが入っていないものを選ぶようにします。

風邪薬を購入するときには、自分の症状にあったものを選ぶことが重要です。お薬手帳があれば服用している薬との飲み合わせのチェックができますので、一般薬を購入するときもお薬手帳をお見せください。

一般薬を2~3日服用しても症状の改善が見られない場合は、悪化する恐れがあるので病院を受診して下さい。

どこの病院・診療所の処方せんにも対応できます。

(お薬によっては時間がかかることがあります)あすなろ武川薬局

TEL 0551-26-3800

FAX 0551-26-3810