



## セルフメディケーションではOTC医薬品を使う OTC薬と添付文書

### OTC薬とはなんでしょう？

責任を持って自らの(家族の)健康を管理する…このような考え方を「セルフメディケーション」といいます。セルフメディケーションにおいてはOTC薬が欠かせないとされています。自分で判断できる程度の軽い症状には、まず市販薬(OTC薬)などを用いて手当てしましょう、ということです。ではOTC薬とはなんでしょう。

正しくは「OTC医薬品」といい、医師からの処方せんが無くても薬局やドラッグストアなどで自分で選んで買える医薬品のことで、市販薬、一般薬などといわれているものです。英語の「Over The Counter(オーバー・ザ・カウンター)」の頭文字をとったものですが、元々は薬剤師とカウンターごしに対面して説明を受けてくすりを買うことを意味しています。この場合薬はカウンターの内側に陳列されていました。現在ではOTCという名称は残っていますが購入の形態はすっかり変わっています。

### 添付文書ってなに？

OTC薬の添付文書は、薬の効能・効果、用法・用量、使用上の注意など法(薬機法第52条)に定められている医薬品を正しく使用する上で大切な情報を記載した文書です。添付文書は通常、医薬品に添付されていますが、ドリンク剤など添付文書を添付していない製品はすべて「容器」や「ラベル又は外箱」などの表示が代用しています。

医薬品は添付文書に記載されている内容をよく守って使用することにより、本来の効能・効果が発揮され、さらに、副作用の防止にもつながります。使用する際には必ず添付文書をよく読んでいただくと共に破棄をしないで、必要な時に読めるように大切に保管をしておきましょう。また、一度使用したことがある医薬品でも、新しい情報が追加されていることがありますので、購入するたびに必ず読みましょう。

各種アンケートによると、OTC薬を買うとき何を頼りにするかという問いに対して、半数以上の方が「外箱に書いてある情報」と答えています。しかし、実際に外箱に書いてあるのは、必要な情報のごくごく一部です。家に帰って、箱の中に入っている「添付文書」を見た人だけが重要な情報を知ることができます。じつはこの添付文書こそが、自らの責任でOTC薬を使用するときの「頼り」なのですが、購入前には見ることはできません。また、最近の調査では、「添付文書を読んでいる人」は、時々読む人も含めると約80%だそうですが、「読む」とことと「理解する」ことはイコールでしょうか？

このような状況に対応して、2008年に改正された薬事法ではOTC薬とは、「薬剤師等の専門家から説明や情報提供を受けて、自分の判断で選ぶもの」という内容になりました。薬剤師には、添付文書の内容やその他の医薬情報をわかりやすく伝える義務がありますし、上手なセルフメディケーションに役立ちたいというハートもありますから、まず疑問点をお聞きください。

