OTC薬を上手に使おう･･･上手のヒント①　情報の大事さ

最近では、医療保険で手厚く守られている小児や高齢者は、軽度な不調でも病院にいくケースが多いようですが、国はOTC医薬品などを用いたセルフメディケーションを奨めています。しかし、OTC薬の売り場には多くの医薬品が並んでいますし、新しい薬もどんどん出回っています。症状にあった薬をどう選んだらよいのかと迷うかもしれません。そんなときのヒントを考えてみます。

お客様の薬選びをお手伝いするとき、薬剤師はこんなことを確認しています。

- 使用する人は誰か？（本人？　家族？　年齢？　など）
- どんな症状か？（解決したいことは何か）
- 医師の治療を受けているか？
- 服用中の薬は？
- 身体に合わない薬はないか？（アレルギー体質ではないか）

以上のことは、薬を求めるときにぜひ薬剤師に伝えて欲しいことです。これらの情報をもとに、薬剤師は原因や不調の程度を探り、OTC医薬品の適用範囲内かどうかの判断もします。薬剤師を大いに活用して上手に薬を選ぶには、自らの情報提供も必要なのです。

現在OTC医薬品はリスク（危険度）の程度によって、3種類（第1類、第2類、第3類）に分けられています。第2類医薬品は「その副作用等により日常生活に支障を来す程度の健康被害が生ずるおそれがある医薬品」と定義されていますが、その中には「特に注意を要する指定第二医薬品」が含まれています。解熱鎮痛薬、かぜ薬、湿疹の薬など普通に薬局･薬店で購入する薬です。添付文書を見れば、1000人に1人ほどの割合で起きることもある重篤な副作用が書かれています。死にも至る副作用を未然に防ぐための注意や情報は、直接薬剤師と対面して会話をしてこそ得られるものです。
さらに重要なことがあります。OTC医薬品のリスク区分は、薬そのもののリスクによるものですが、これとは別に、医師からの処方薬を服用している人では、頭痛やかぜなどでOTC医薬品を飲むときのリスクが加わります。処方薬とOTC医薬品の飲み合わせ（相互作用）のチェックは薬剤師の関与なしには難しいことです。

今では、第3類医薬品に加えてよりリスクの高い第2類のネット販売が認められており、99％超のOTC医薬品がネット上で買えることになっています。
ネットショッピングはとても便利で、現代の生活には欠かせないものとなっていますが、医薬品を一般物品と同様に扱うことの危険性は利便性と比較されるべきものではありません。医療用医薬品（処方せん薬）より危険性が少ないとされるOTC医薬品でも、「自己責任」で対応出来る範囲を遥かに超えてしまう危険なケースが多々あります。国民すべてが数年に及ぶ薬学教育を受けているわけではありませんから、やはり専門家との対面によるやりとりは重要なのです。