



OTC薬を上手に使おう…上手のヒント⑩ 不適切な選択をしない(4) かぜ薬

秋も半ばになると吹く風もひんやりして、「かぜ」が気になる季節です。

OTC医薬品の中では、かぜ薬は最も身近な薬でしょう。そこで今回は「かぜ薬」です。

さて、かぜ薬ですが、かぜ薬の大部分は総合かぜ薬といって、かぜの諸症状(発熱、悪寒、のどの痛み、頭痛、鼻水、鼻づまり、くしゃみ、せき、たん、関節の痛み、筋肉の痛み)を緩和するための薬で、解熱・鎮痛薬、咳止め薬、鼻炎薬、のどの薬などがセットで配合されています。

「かぜ」の80～90%はかぜウイルスが原因で起こると考えられています。そして、かぜ薬は対症療法といって、現れた症状を楽にするものであり、かぜそのものを治したり、予防したりする効果はありません。

このシリーズでは、OTC薬を上手に、間違いなく使うための情報をお届けしてきました。

ポイントは、効き目がよく、副作用の少ない薬を、その人の症状や体質に合わせて、正しい使い方で用いることです。この観点からもう一度かぜ薬の使い方をみて見ましょう。

テレビのコマーシャルばりに宣伝文句を考えてみました。正しくないものどれでしょう？

- ① 早めの〇〇〇〇！
- ② 予防に△△△△！
- ③ ひいたら何時もの◎◎◎◎！
- ④ 毎晩いつもの****！

かぜ薬の成分は、かぜウイルスを殺す力はなく、現れた症状を和らげるものですから②は×です。しかし、秋口から予防のために飲み続けるという間違った使い方をしている人がいます。多くの成分を含む総合かぜ薬を必要もないのに飲むことは、身体に負担をかけることとなります。

かぜ薬には、鼻水を止めたり、炎症を抑えたりする「抗ヒスタミン薬」が含まれています。副作用として「ねむけ」がありますので、かぜ薬を飲んで寝るとよく眠れるという人がいます。

もしそうだったとしても、抗ヒスタミン薬以外の多くの成分も一緒に飲むことになり、常用により肝臓などに障害が出ることもあります。よって④も×です。

①は微妙です。「かぜをひいたら、早めに〇〇〇〇」であれば〇ですが、ひく前から早めに・・であれば②と同じで×です。

飲み慣れていて身体に合っている◎◎◎◎を、かぜを引いたら早めに飲むことは、上手なセルフメディケーションと言うこととなりますので◎です。

同じ総合かぜ薬でも、症状に合わせて成分の配合を変えています。また使用する人の状況(他の病気や服用薬)によっては使用できないものもあります。例を挙げます。

「ベンザブロック錠」というよく知られたかぜ薬があります。この薬の注意事項「次の人は服用しないこと」の中に、『高血圧、心臓病、甲状腺機能障害、糖尿病』と書かれています。鼻づまり・鼻水を和らげる成分としてプソイドエフェドリン塩酸塩が含まれているので、使用不可なのです。

同じメーカーの「ベンザブロックIP錠」にはプソイドエフェドリン塩酸塩が含まれていませんので、『高血圧、心臓病、甲状腺機能障害、糖尿病』の人でも薬剤師等に相談しながら服用することは出来ます。薬は「自分にとって適切か」を確認して用いることが大切です。

