

「インフルエンザ、かぜと薬 ～あまく見ないで、万病のもと！～」

開催日 2008年11月9日
講師 丸林 育世(高茶屋薬局)

1. かぜ薬について

かぜ薬(総合感冒薬)は かぜの諸症状(くしゃみ、鼻水鼻づまり、咳、発熱、頭痛など)を緩和することを目的とした対症療法に用いられます。風邪をひいても軽症の場合は安静にするなどの一般療法により数日～1週間程度で自然に治りますが、かぜ薬を使用することでつらい症状が緩和されて体力の消耗を防ぐことができ、速やかな回復が期待されます。

かぜの一般療法

基本的な対処として安静、保温・保湿、栄養摂取などです。

安静・・・安静にし、体力の消耗を防ぐ 十分な睡眠を取る
保温・保湿・・・薄着を避け、室内を暖かく保つ 室内の乾燥を防ぐ
栄養の摂取・・・消化のよいものを摂る。発熱時は十分に水分を補給する

かぜ薬の主な注意点

- ・ 広く使われていますが 副作用も起こしやすい薬です
- ・ 過敏症状(発疹・発赤、かゆみ、浮腫等)に注意し症状があれば中止
- ・ イブプロフェンなどの解熱鎮痛成分は喘息症状が現れることがある
- ・ 塩化リゾチームは鶏卵アレルギーの方は禁忌です
- ・ 抗ヒスタミン作用(くしゃみ・鼻水・鼻づまりに効く)として眠気が現れることがあるため、服用後は運転操作をしないこと
- ・ 服用時は飲酒しないこと
- ・ 長期連用しないこと
- ・ 妊婦または妊娠していると思われる人は服用に注意が必要です
- ・ 前立腺肥大症の方の場合、抗ヒスタミン作用が排尿困難を悪化させるおそれがある
- ・ 糖尿病、心臓病、高血圧、肝臓病、腎臓病、甲状腺機能障害、緑内障、胃・十二指腸潰瘍の方は用いる風邪薬はよく医師または薬剤師に相談すること
- ・ 口渇も現れることがある。咳止めの種類によっては便秘が起こりやすい
- ・ 抗生物質が処方されたら、アレルギー症状に注意して様子を見る 問題なければ指示を守って服用する 飲んだり止めたりはよくない 最低3日間は続けること
- ・ 2歳までの子供に市販のかぜ薬、咳止めの薬の投与は避けること
- ・ 子供の解熱剤の使用は慎重に アセトアミノフェンが適切です
- ・

*「炎症」の3大症状は 熱、痛み、腫れて赤くなるです これは体がウイルスなどの侵入者と戦って排除しようとしている証拠です そこに作用の強い解熱消炎剤を使うことは 水を差すことになり 症状を長引かせることもあります

2. かぜの主な予防法

- ① うがい, マスク, 手洗い
- ② 栄養バランスのよい食事
- ③ 普段から休養と睡眠を十分に
- ④ 人ごみを避ける
- ⑤ 適度の室温 (18~20℃) と湿度 (60~70%)

医療機関の受診を勧める目安

下記のような状態である場合は、インフルエンザや急性気管支炎などかぜ以外の疾患が疑われるため医療機関の受診を勧めます。また慢性呼吸器疾患、心疾患、糖尿病などの基礎疾患がある場合なども医療機関の受診を勧めます。

39℃以上の発熱	黄色・緑色（混濁）の鼻汁
喉の激しい痛み・腫れ	激しい咳

3.インフルエンザワクチンについて

インフルエンザの予防の基本は流行前にワクチン接種を受けることです。ワクチンの皮下接種では、血中の抗体は誘導されますが、気道粘膜表面の局所免疫はほとんど誘導されないため、インフルエンザの感染そのものを完全に抑えることは出来ません。

ワクチンの十分な効果を維持する期間は 接種後約 2 週間から約 5 ヶ月とされていますが、一般的に 10 月下旬より 12 月中旬頃に行なわれるのが望ましいとされています。

4.インフルエンザの治療薬について

インフルエンザに対する特異的な治療薬として、シンメトレル（塩酸アマンタジン）、タミフル（リン酸オルセタミビル）、リレンザ（ザナミビル水和物）がもちいられます。これらの抗インフルエンザウイルス薬は、発症後 48 時間以内に服用します。

タミフルは副作用の異常行動で マスコミに大きく取り上げられ 10 代の投与は禁止されています。しかし突然死の報告もあり乳幼児への投与は慎重にすべきです。タミフルの効果は 熱など症状がよくなるのを 1 日短縮するだけと言われています。日本は世界中で使われているタミフルの 3/4 を使っています・・・

タミフル耐性のウイルスも出てきました・・・