



上田薬剤師会 発

薬剤師の

# ちょっと薬に立つお話

YAKUNI  
TATSU  
OHANASHI  
VOL.52

Vol.52

地域の皆さんの健康のために  
さまざまな活動をしている  
上田薬剤師会から、  
健やかな毎日をつくるために  
ちょっと役立つお話を  
お届けしていきます。

毎月「第2土曜日」の  
週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

## 市民公開講座のおしらせ

### 今、学校で始まる「がん教育」!

医学部教授が教員免許をとってまで、子供たちに伝えたいこと  
…それが「がん教育」 人生を強く生き抜く力を 今、教えます!

【日 時】 2018年1月21日(日)  
13時~15時30分(12時30分開場)

【会 場】 上田東急REIホテル 3階 信濃の間

【入場料】 入場無料・先着100名

【講 師】 東京女子医科大学がんセンター長 化学療法・緩和ケア科教授・医学博士  
林 和彦 先生

「がん検診がなぜ重要なのか」、「自分の体を大切にすること、命の尊さ」、「子どものうちから、がんについて正しい知識を持つことの大切さ」など、今、なぜ学校でがん教育を行わなければならないかについてご講演いただきます。会員以外の参加も自由ですので、ご近所、お知り合いお誘い合わせの上、ご参加ください。



一般社団法人上田薬剤師会会長

飯島 康典

◆年頭のあいさつ  
新年あけましておめでとうございませう。  
毎月第2土曜日に掲載している「上田薬剤師会  
ちょっと薬に立つお話」をお読みいただき、厚く御礼  
申し上げます。おかげさまで開始から4年が経ち、  
第50号を超え、地域の皆様にも認知され、多くのご  
質問や貴重なご意見をいただいております。  
当会では本年も、地域住民の皆様への「かかりつけ  
薬剤師・薬局」として、365日24時間、医薬品、医  
療材料、衛生材料等の安定供給に努め、皆様の健康  
づくりの支援ができますよう尽力いたします。  
また、今後も「ちょっと薬に立つお話」を通じて、  
地域住民の皆様へ、医薬品の適正使用につながるこ  
とももちろん、健康に役に立つ情報を提供し続けて  
いきたいと思っております。  
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



## もっと知りたい医薬品!

今回注目するのは…

# 「胃腸薬」

皆で集まる機会が多い年末年始は、暴飲・暴食になりがち。胃腸がお疲れの方も多かったのでは?

身近なお薬への知識と理解を深めるこのコーナー、今回のテーマは「胃腸薬」です。薬剤師の佃 知己さんに解説してもらいました。



### + 胃腸の不調…どんな症状ですか? +

◆胃酸過多…食べ過ぎや飲み過ぎ、ストレスなどで胃酸が出過ぎるケース。症状は空腹時に出やすくなります。お腹がすくとむかむかする、胸やけがする、げっぷが多い—など。

◆消化不良…過食やストレス、加齢などで胃腸の動きが弱くなる、胃酸が薄くなるなどのケース。食べたものが消化されない感じ、胃もたれ、むかつき、食欲がなくなる—など。

ひとくちに胃腸薬と言っても、その種類はさまざま。症状や原因によって効く薬は変わってきます。胃腸薬が必要とされるのは、大きく以下のようなケースに分けられます。

### + どんな薬のタイプがある? +

薬局に並ぶ胃腸薬は、同じブランドでもバリエーション商品があるなど、本当に多種多様です。配合成分による胃腸薬のタイプを見てみましょう。

#### ●胃腸の活動を促進する【健胃剤】

健胃剤には生薬が使われているものが多く、その香りや苦みなどが味覚神経を刺激して唾液や胃液などを分泌させます。胃にも直接作用し、胃酸の分泌を促して働きを活発にします。

→普段から食後に胃痛や胃もたれを感じるひとに

#### ●【消化剤】

消化酵素を含み、消化を直接促進させる働きがあります。たんぱく質や脂質の分解を促進させるので、脂っぽい食事の後の症状に最適です。

→食べ過ぎ、脂っぽいものを食べたあと胃痛、胃もたれがするときなどに

#### ●【総合剤】

総合胃腸薬は複数の成分を組み合わせ、さまざまな胃腸の症状に幅広く対応できるようにした胃腸薬です。ただ効果は穏やかなので、症状が単一ではっきりしている場合には、症状に合った成分のみが配合された製品を選択するのがよいでしょう。

#### ●胃酸を中和する【制酸剤】

胃の中で直接中和反応を起こして胃酸を弱めるので、服用後の即効性が期待できます。水酸化アルミニウムや炭酸カルシウムなどアルカリ性の化合物が配合されます。

→食後に胃が痛む、ゲップがよく出る、むかつき、飲み過ぎがあるときなどに

#### ●胃酸の分泌を抑える【H2ブロッカー】

胃酸の分泌に大きく関わる「ヒスタミン」の働きを抑え、空腹時の胃酸分泌を抑える効果があります。

→空腹時に痛みがある、胃痛、胸やけ、胃もたれ、むかつきがあるときなどに

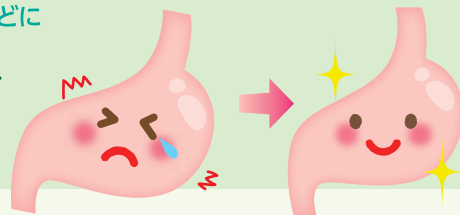
#### ●【胃粘膜保護剤】

荒れた胃粘膜を覆って修復したり、胃の血流をよくして胃粘膜の再生力を高めます。制酸剤と同時に配合される薬が多いです。

→胃痛、胸やけなどに

#### ●【鎮痙剤】

痛みを抑えます。 →発作的な激しい胃痛のときに



### 薬剤師からひとこと

「不調」は、何か無理がかかっているから起こるもの。胃にやさしいものを食べる、負担を軽くする日をつくる、ストレスをためない工夫をする—など、胃をいたわるための生活の改善も必要です。

上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板



症状にあわない薬を選択すると、効果がないばかりか、  
症状を悪化させることになりかねません。  
また、持病や年齢によって飲めない薬もあるので注意が必要です。  
かかりつけ薬剤師・薬局に、気軽にご相談ください!