

今月のTOPICS

もっと
知りたい
医薬品!

OTC医薬品
(市販薬)編

痔の薬

世の中の3人に1人は悩んだ経験があると言われるほど、身近な病気「痔」。誰にも相談できず、1人で悩んでいる人も多いのではないのでしょうか。若い女性にも多く、決して恥ずかしい病気ではありません。対処も早いほうがよいでしょう。薬剤師の武内康行さんに聞きました。



「痔」は大きく分けて3種類

<p>(痔核) いぼ痔</p>	<p>痔の中で一番多く、男性にも女性にも見られます。肛門に負担がかかって血流が悪くなったりすると肛門の組織がうっ血し、いぼのように膨らんできます。肛門の奥の方にできたいぼは痛くないのですが、外にできたり、中のものが大きくなって外に飛び出してくると痛みを感じます。</p>	<p>いぼ痔</p>
<p>(裂肛) 切れ痔</p>	<p>便秘がちな女性に多いのが切れ痔。硬くなった便を無理に押し出そうとして肛門が切れたり裂けたりします。傷口を便が通過する際に痛みが伴います。</p>	<p>切れ痔</p>
<p>(痔瘻) あな痔</p>	<p>下痢しやすい男性に多い痔ろう。肛門の中にある小さくなくぼみに便が入り込んでしまい、ストレスや免疫力の低下などが原因で細菌感染を引き起こします。膿がたまってお尻に膿の通り道(穴)が開いてしまいます。発熱を伴う場合もあります。</p>	<p>あな痔</p>

「痔」のOTC医薬品の使い方

初期のいぼ痔や切れ痔であれば、OTC医薬品で症状がよくなることもあります。ただし、1週間ほど使用しても改善されない場合は、医療機関を受診してください。

座薬

挿入すると肛門の内側で溶けて拡がり、内部の患部に直接作用します。

軟膏

肛門の外側や肛門付近の痔に、直接塗るまたは、ガーゼなどにのばして使います。

注入軟膏

容器に入った軟膏を、肛門内側の痔には注入し、外側や肛門付近の痔には塗って使うこともできます。

飲み薬

血行を良くしたり、排便をスムーズにする飲み薬もあります。

詳しくは、かかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください

「痔」とうまく付き合うために

生活習慣を見直す

- 座りっぱなし、立ちっぱなしなど**同じ姿勢は血流を悪く**します。休憩時にはストレッチや、日常的に適切な運動を心がけましょう。
- **トイレの長居は禁物**です。トイレで長時間にわたっていきむと、**肛門付近の静脈がうっ血したり切れたり**して、いぼ痔・切れ痔の原因となります。
- 便意が来たら我慢せずに、すぐにトイレに行きましょう。
- **ゆるめのお風呂にゆっくりつか**る習慣を。肛門が清潔に保たれるだけでなく、血行の改善になります。
- 疲労やストレスも痔を悪化させます。**十分な睡眠、バランスの良い食事**を。

食生活を見直す

- いぼ痔や切れ痔の原因になりやすい**「便秘」**をしないために、**食物繊維**の多い食品や、**水分**をしっかり摂りましょう。
- **「下痢」**は痔ろうを引き起こすだけでなく、排便時に圧力がかかるのでいぼ痔や切れ痔の原因にもなります。下痢をしないために、**アルコール、香辛料、冷たいもの**の摂り過ぎに注意しましょう。

出血にはご注意ください

お尻から出血がある場合、他の疾患の可能性もあります。健康診断を活用し、早期発見に努めましょう。

特集

薬の過剰摂取に注意 OTC医薬品の適正使用を

薬局の店頭で販売されているOTC医薬品は基本的に安全な薬が選ばれているのですが、決められた用法・用量を守らない飲み方や飲み合わせによっては危険な場合もあります。薬剤師の萩原亮さんに聞きました。



薬は病気を「治す」ものではない

たとえばかぜをひいたり、頭が痛い時にはみなさん薬を飲むかと思いますが、これらの**薬は病気を「治す」ものではありません**。もちろん薬の中には、「抗菌薬」「抗ウイルス薬」といった感染症の「原因を取り除く」薬もありますが、たいていの薬は、**症状を和らげたり、痛みをとったりする**ものです。ですから、たくさん飲んだからと言って早く治るとか、より元気になるということはないのです。反対に、過剰摂取による体への影響が問題になります。



過剰摂取が引き起こす健康被害

一例として、コーヒーや緑茶の成分として誰もが知る「カフェイン」は、疲労回復、鎮痛作用、覚醒作用があり、多くのかぜ薬や頭痛薬に入っている身近な成分です。しかし**カフェインを過剰に摂取すると、中枢神経系の刺激によるめまい、心拍数の増加、興奮、不安、震え、不眠症、下痢、吐き気等の健康被害をもたらす**ことがあります。カフェインを多く含むエナジードリンクの飲み過ぎで死亡するケースも報告されています。

また、「アセトアミノフェン」は解熱鎮痛作用があり、こちらもたくさん薬に配合されている**一般的な成分ですが、過剰に摂取すると毒性が現れます**。肝臓が損傷し、吐き気、嘔吐、腹痛にはじまり、**肺不全で死に至る**ことも。



用法・用量を守って正しく使用するほか、併用する薬や食品にも注意が必要です。

OTC医薬品は、**長期に連続して服用しないことが基本**です。3~5日程度服用しても**症状の改善が見られない場合には、医療機関を受診**してください。

はい、お答えします!

Q 処方されたお薬を薬局でジェネリック医薬品に変更していただくことはできますか? (上田市・50代・男性)

A 基本的には薬局で処方せんをお出しただけの際にジェネリック医薬品を希望する旨をお伝えいただければ、変更することが可能です。ただ、お薬によっては変更できない場合もあります。詳しくはかかりつけ薬剤師・薬局におたずねください。

このコーナーでは毎月、読者の方からの質問に薬剤師がお答えします。お薬に対する素朴な疑問、質問、なんでもお寄せください。

宛先

〒386-0012 上田市中央6-3-41
週刊うえだ「はい、お答えします!」係
Eメール weekly-ueda@po3.ueda.ne.jp
FAX 0268-22-6201



詳しくは、かかりつけ薬剤師・薬局にお気軽に相談ください!

◀上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

