



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.124

Vol.124

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!

新年のごあいさつ

新年あけましておめでとうございます。

いつも「上田薬剤師会発 ちょっと薬に立つお話」をお読みいただき、ありがとうございます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症が5類に移行して、「毒物劇物取扱者試験準備講習会」、「薬草ハーブに親しむ会」など、地域の皆様に向けた事業を例年通りに開催することができました。本年もこれまで以上に地域の皆様に寄り添い、身近で信頼される薬剤師として活動していきたいと考えております。

上田薬剤師会は、薬に関すること、地域住民の皆様の生活や健康に、ちょっとでもお役に立てる最新の情報を、この紙面を通じて発信していきたいと考えております。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



令和6年1月 一般社団法人 上田薬剤師会
会長 飯島 康典

はい、お答えします!

Q. 「食前」や「食後」に飲むお薬の違いは何ですか?
【上田市真田 60代 女性】

A. 食前に服用するよう決められている薬には、食べ物や胃酸の影響を受けてしまう薬や、食事で高くなる血糖値を下げるための薬などがあります。また、食後に服用するよう決められている薬には、空腹時に飲むと胃を荒らす薬や食事により吸収が良くなる薬などがあります。食前・食後には、それぞれ意味があり、薬ごとに服用するタイミングが決められています。正しい飲み方をしないと効果がでなかったり、副作用が現れたりすることがありますので、決められた服用方法を守りましょう。

詳しくは、かかりつけの薬剤師・薬局にご相談ください。

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
ハガキ 週刊うえだ「はい、お答えします!」係
メール weekly-ueda@po3.ueda.ne.jp
FAX 0268-22-6201

健康やお薬に関するお悩み・お困りごとは何でも、かかりつけ薬剤師・薬局に、お気軽にご相談ください!

特集

\\ 年末年始、この時期気になる //

胃の不調と胃薬

ふだんと違って夜遅くまで起きていたり、いつもよりごちそうを食べたり、お酒を飲んだりする機会が増えた年末年始。お正月は終わりましたが、ようやく明けたコロナ禍で新年会など飲食の機会も戻ってきて、胃への負担が続いている人も多いのではないのでしょうか。

この時期の胃の不調と胃の薬について、薬剤師の宮原智さんに聞きました。



暴飲暴食以外の胃の不調の原因

胃の働きが悪くなる原因としては、もちろん暴飲暴食が挙げられますが、それ以外にも理由があります。

【水分不足】 お酒をたくさん飲むと、アルコールを分解するために体は水分を必要とします。冬は夏のように汗はかきませんが、意外と水分は不足します。高齢になるとのどの渇きに気づきにくくなるので特に注意が必要です。

【運動不足】 お休みでこたつでゴロゴロしたりして、いつもより外に出ない日が続くと、運動不足になります。新陳代謝が悪くなり、消化機能も鈍くなります。

【不規則な生活・睡眠不足】 ふだん見ないテレビを夜中まで見続けたり、ついつい夜更かしをしがちな年末年始。睡眠不足も胃腸の働きを悪くします。規則正しい生活を心がけましょう。

胃薬にも種類があります

胃薬は昔から市販されているので馴染みのあるお薬のひとつでしょう。同じ胃薬でも、症状や原因によって使用する成分の種類が違います。

胃酸過多による症状を抑える薬

胃痛・胸やけ・もたれ・むかつきなど、胃の不快感を感じる場合、過剰な胃酸の分泌が原因かもしれません。

H2
ブロッカー

胃酸は、胃粘膜の壁細胞にあるヒスタミン受容体(H2受容体)にヒスタミンがくっつくことで分泌されます。「H2ブロッカー」はヒスタミンの代わりに受容体にくっつき、ヒスタミンをブロック。胃酸の分泌を抑え、胃痛や胸やけ、もたれ、むかつきなどの症状を抑えます。

制酸薬

出過ぎている胃酸を直接中和する「制酸薬」は、酸化マグネシウム、炭酸水素ナトリウムなどが主な成分です。胃酸が出過ぎて起こる胃痛、胸やけに。

胃粘膜保護薬

胃酸の出過ぎで胃粘膜が傷つき、それによる胃痛がある場合、「胃粘膜保護薬」が荒れた胃の粘膜に付着して保護し、痛みを抑えます。患部の修復作用もあります。

消化を助ける薬

消化剤

食べ過ぎで胃がもたれている場合は、消化を助ける酵素を含んだ「消化酵素剤」。消化不良や食欲不振に効果を発揮します。

総合胃腸薬

市販の「総合胃腸薬」は広い症状に効くように複数の成分が配合されているものが多いため、現在ほかの薬を服用している人には飲み合わせや重複の心配があります。また、心筋梗塞など大きな病気でも胃が痛くなることがあります。思い込みによる服用は避け、かかりつけ薬剤師・薬局に相談してください。



上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

