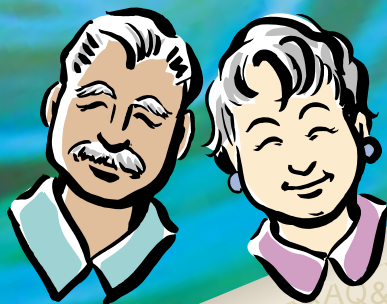


第7集

おくすりと ながく 上手なおつきあい



高齢者

# くすいの相談室

社団法人 静岡県薬剤師会

## 第7集の発刊にあたって

平成7年9月、静岡県薬剤師会は静岡県より高齢者医薬品等安全使用推進のための事業の委託を受けました。この事業の円滑な運営を図るため、県下4箇所に『高齢者くすりの相談室』を開設し、電話番号も

キョウキョウ ヤ ク  
9989

に統一して利用の便宜を図りました。

開設後、県下各地より様々な質問が寄せられ、現在は月平均500件以上になっております。今回、高齢者の皆さんにお知らせすべき参考の項目が多く、ここに第7集を編集致しました。この小冊子が既刊の第1-6集とともに、県民皆様の『薬の正しい使い方』に役立つ事を願ってやみません。

終わりに、発刊に御尽力を賜った静岡県健康福祉部関係職員、静岡県薬剤師会広報・情報委員及び高齢者相談室の関係職員各位に心より御礼申し上げます。

平成14年9月

(社)静岡県薬剤師会  
会長 石川達郎

## も く じ

質問 1. 疥癬について	1
質問 2. なみだ眼の治療にドライアイの薬?	5
質問 3. 市販の胃薬を長くのんでもよいか?	7
質問 4-1. 誤飲・誤食Q&A(食品保存剤)	9
質問 4-2. 誤飲・誤食Q&A(タバコ)	11
質問 4-3. 誤飲・誤食Q&A(衣類防虫剤)	13
質問 4-4. 誤飲・誤食Q&A(中毒110番)	15
質問 5. 体温計について	17
質問 6. 血圧計について	19
質問 7. 保健機能食品とは?	21
質問 8. 健康食品の個人輸入に注意!	23
質問 9. 先発品・後発品とは?	25
質問 10. 水なしでのめる薬とは?	27
質問 11. 前立腺肥大症Q&A	29
質問 12. 片頭痛の薬について	31
質問 13. シックハウス症候群とは?	33



1

疥癬の薬として<sup>ガンマ</sup> $\gamma$ -BHCの軟膏を内科で塗ってもらっていますが、<sup>ガンマ</sup> $\gamma$ -BHCは毒性が強くて使用禁止になった薬ではありませんか？



答え

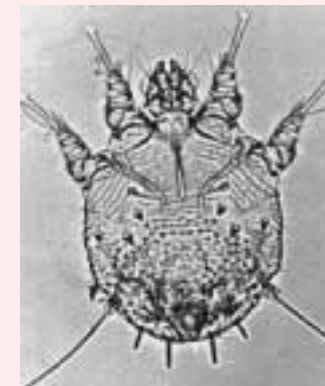
農薬として製造販売が禁止されていますが、疥癬の治療薬としては極めて有効です。

### 疥癬とは

疥癬は体長0.3～0.4mm程度の小さなヒゼンダニがヒトの皮膚の角質層に寄生することによって起きる伝染性の痒みの強い皮膚疾患です。

ヒゼンダニは終生ヒトの皮膚に寄生し、ヒトの皮膚以外のところで繁殖することはありません。乾燥に弱くヒトの皮膚から離れると普通は2、3日で死んでしまい、高湿度の環境でも2週間くらいしか生きられません。メス成虫は角質層にトンネルを掘り、この中で2ヶ月間1日2、3個の卵を産み続けます。卵は3～5日で孵化し、2週間で成虫になります。

疥癬には皮膚に寄生するダニの数の違いにより、普通の疥癬とノルウエー疥癬の二つがあります。感染数が一人につき1000匹程度の普通の疥癬では、感染後約1ヶ月の潜伏期を経て発症しますが、一人に100～200万匹も寄生しているノルウエー疥癬では感染力が強く、感染後4、5日で発症する事もあります。ノルウエー疥癬は老衰、重症感染症、悪性腫瘍などがある場合や副腎皮質ホルモンや免疫抑制剤を使っていて免疫抵抗力が低下している人に発症します。



ヒゼンダニ *Sarcoptes scabiei* 体長約0.4mm

人の皮膚に寄生し激しいかゆみがある皮膚病、疥癬(かいせん)を起します。手指の股・腋の下・乳房の下・陰部・へその周りなどに好んで寄生します。

### 治療

治療薬には硫黄剤(商品名:ムトウハップなど)、安息酸香酸ベンジル、クロタミトン(商品名:オイラックス)、 $\gamma$ -ベンゼンヘキサクロライド( $\gamma$ -BHC)などがあります。どの薬を使う場合も、首から下の全身に塗る必要があります。ノルウエー疥癬の場合は頭にも塗ります。この中で、最も効果の良いのは $\gamma$ -BHCです。 $\gamma$ -BHCは欧米では疥癬の治療薬として製品化され、クリーム、ローション、シャンプーなどがあり、世界中で使われています。ところが、日本では従来、有機塩素系の代表的な殺虫剤である農薬として粗製BHCが多量に使われ、その結果、土壤汚染や体内蓄積が問題となり、長期使用による接触皮膚炎、けいれんなどの中枢性神経毒性、造血系への障害のため、1971年に農薬としては国内での製造販売が禁止され今日に至っています。

しかし、疥癬の治療薬としては極めて有効なため、試薬として販売され、BHCの中では比較的安全で効果の良い $\gamma$ -BHCを1%の濃度の軟膏やローションに調製し用いられています。使用量も週に1回又は2回を1、2クールで治癒が可能で、この程度の使い方では副作用の心配はほとんど無いようです。外国の例で中枢神経系障害が出ていますが、その多くは乳幼児や小児で、かつ多量(長期)使用や誤飲などの誤用例です。 $\gamma$ -BHCは外用後6時間で洗い落とすことを守って使えば重篤な副作用が出ることは少ないと思われま

主な疥癬治療薬		
薬 剤	商品・処方例	治療方法
クロタミトン	オイラックス軟膏®	1日に4～5回外用、入浴後、頸部より下の全身塗布。24時間後に入浴し洗い落とし、さらに同様に塗布。 症状に応じ5～14日間連用。
硫黄剤	アスター軟膏®	3～5日間連用
	六一〇ハップ®	お湯180Lに対し13～17gの割合で使用。 洗顔、洗頭可能。
安息香酸ベンジル	安息香酸ベンジルオイラックス軟膏 BBローション 安息香酸ローション	1日1回連日で2、3日間のみ。これを翌週繰り返し 2、3クールまたは2～4週連日外用。
-BHC	1% -BHC親水軟膏 -BHC軟膏 -BHCオイラックス軟膏	<b>普通の疥癬の場合:</b> 頸部より下の全身に塗布し6時間後に洗い落とす。卵に効果が弱いので1週間後に再度処置。 <b>ノルウェー疥癬の場合:</b> ①入浴後全身塗布②6時間後に入浴しオイラックス軟膏を6日間連日全身に塗布 症状に応じ①と②を繰り返す。 塗布量は大人で1回20gを限度とする。
フェントリン	スミスリンパウダー® スミスリンLシャンプー® スミスリンワセリン	外用1時間後入浴、これを隔日に計3回。

## 予防

ヒゼンダニの感染経路は、原則として皮膚から皮膚への直接接触による感染ですが、長時間一緒に枕を並べて寝れば感染します。コタツやざこ寝あるいはふとんやベッドを介して間接的に感染します。

### ノルウェー疥癬の場合

非常に感染力が強いため患者を個室に隔離する必要があります。病室の壁、カーテン、床などに殺虫剤をまきます。

肌着、シーツは毎日交換し、50℃以上の熱湯に10分以上つけておきます。布団も熱処理します。

介護者はダニを通さないビニールあるいはゴム製の予防着と手袋をつけます。

### 普通の疥癬の場合

感染力はそれほど強くないので洗濯は普通で良く、部屋も殺虫剤をまく必要はありません。タオルの共有は避け、介護者は長袖、手袋をした方が良いでしょう。人から人への直接接触を避ければ、特に神経質になる必要はありません。

### ノルウェー疥癬と普通の疥癬の違い

原因はまったく同種のダニですが、全く違う症状になります。

	普通の疥癬	ノルウェー疥癬
かかる人	だれでも	免疫低下した人
ダニの数	1000以下	100万～200万
主な症状	皮膚に赤いブツブツ	角質がカキ殻状に
かゆみ	強い	個人差が大
発症部位	首から下	頭に及ぶことも
感染力	弱い	非常に強い
個室隔離	不要	必要



# 2

なみだ眼で眼科にかかったところ、ドライアイに使う点眼薬が処方されました。何故でしょうか？



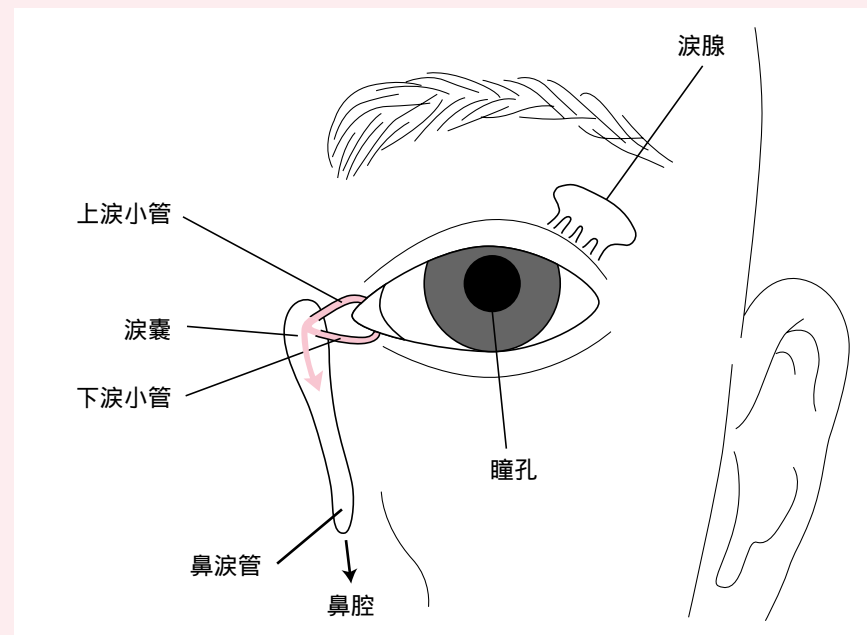
涙液は眼の表面を常に潤し、眼球の透明性を維持するだけでなく、感染防御にも大きな役割を果たしています。涙の通り道(涙道)の入り口は目頭(目頭の上下)に一つずつあって(涙点)、上下涙小管 涙嚢 鼻涙管へとつながり涙は流れて鼻腔に落ちていきます。

なみだ眼になるのには主に二つの理由があります。一つは、涙の産生量が一時的に増え、目から鼻へ涙を送る下水システムである鼻涙管からの排出が間に合わなくなるとき、つまり悲しい時の涙がそうです。

もう一つは鼻涙管の下水システムがうまく働かない場合です。涙道(主に鼻涙管)が詰まって涙があふれ出るようになる場合と、特に高齢者では結膜弛緩症といって白目のところにある結膜が緩んでしわができ、鼻涙管の孔をふさいでしまう「ドライアイ」の一種によりなみだ眼になる場合があります。この場合、うまく涙が流れないので花粉やごみが洗い流せなくて炎症が起きやすく、いつも涙っぽい、目が赤くなりやすい、朝起きたとき調子が悪い、アレルギー性結膜炎を合併しやすい、などの不快な症状があります。

涙道閉塞の治療では手術が行われますが、結膜弛緩症の治療では、夜寝

る前に防腐剤の入っていない目薬でよく目を洗い、炎症を抑える目薬を使います。ドライアイのとき使うヒアルロン酸ナトリウムの点眼薬と非ステロイド抗炎症点眼薬の組み合わせもよく使われます。ほとんどの高齢者に軽症の結膜弛緩症は見られますが、治療する場合は、ふつう、涙が少ないドライアイの治療がなされ、重症の場合は外科的手術による方法があります。





**3** テレビで宣伝しているH<sub>2</sub>ブロッカーを胃が痛いときのんでいます。が、なかなかやめられません。このままのみ続けてもいいでしょうか？



胃酸は消化機能のほかに、細菌など外来の異物から体を守る働きもしていますが、過剰に分泌されると自分の粘膜組織を侵し胃炎や胃潰瘍・十二指腸潰瘍の原因となります。

H<sub>2</sub>ブロッカーは、今までは処方せん薬としてのみ使われてきた成分(シメチジン、ラニチジン、ファモチジン)が、今では市販薬として薬局で処方せんなしでも買えるようになった薬です。この薬の成分は強力な制酸薬で、ヒスタミンという胃液の分泌を促す物質の働きを抑えることによって胃酸の分泌を押さえ、胃・十二指腸潰瘍に効果を発揮します。胃・十二指腸潰瘍のほかに、逆流性食道炎(胃酸が食道に逆流して食道が荒れてしまう)、びらん性胃炎(胃の粘膜が荒れる)等にも用いられます。

ときどき、胃酸の分泌が過剰になり、胃の痛みやもたれ、胸やけなどを起こす場合に、必要に応じてH<sub>2</sub>ブロッカーを使うという使い方では繰り返し使っても害はないのですが、胃潰瘍があるのに、あるいはもっと重大な胃がんなどを見逃すかもしれない場合もありますので、念のため受診されることをお勧めします。何度も炎症を繰り返すことががんの発生につながりますし、

胃潰瘍の根本的な原因とされているヘリコバクター・ピロリ菌に感染していないかどうかの検査も必要かと思います。

一般大衆薬として売られているH<sub>2</sub>ブロッカーは、重大な病気や副作用を見逃さないために、『3日間服用しても症状の改善がみられない場合は、服用を止めて、医師又は薬剤師に相談してください。』、『2週間を超えて続けて服用しないでください。』という注意書きがあります。以前病院で処方され、潰瘍が治った経験があるとか、時間的に受診できないとかの理由で、一度にたくさん買い求めたり、長期にわたって繰り返し使用するの、くれぐれも避けてください。

## H<sub>2</sub>ブロッカーが配合されている市販の胃腸薬

スカイジン®(日邦薬品)、フロンティア®(藤沢薬品)、パンシロンH<sub>2</sub>ベスト®(ロート製薬)、住友胃腸薬スコープ®(住友ヘルス)、センロックエース®(第一製薬)、ザツブロック®(武田薬品)、アルサメック®(佐藤製薬)、ガスター10®(山之内製薬)、三共Z胃腸薬®(三共)、大正エスブロックZ®(大正製薬)



質問 4-1

インスタントラーメンに入っていた食品保存剤を調味料と一緒に食べてしまいました。大丈夫でしょうか？

答え

食品保存剤とは、品質保持の目的で使用されている脱酸素剤や鮮度保持剤のことで、食品の老化防止、酸化防止、かびの発生防止、食品の風味や香りの保持および変退色防止などの作用があります。主にインスタントラーメンなどの加工食品、菓子類、生麺、穀類などの包装中に封入されています。そのほとんどは無毒なので、たとえ間違っただけでも中毒症状は現れず治療を必要としません。

商品名には、脱酸素剤の場合、エージレス®、オキシター®、サンソレス®、セキユール® などがあります。鮮度保持剤には、アンチモールド102®、オイテックL® などがあります。ただし、タモツ® という脱酸素剤にはアルカリ成分が入っていて刺激があり、食べると口の中が赤くなってヒリヒリすることがあります。なめた程度であれば様子を見て、症状があれば受診して下さい。

また、脱酸素剤と一緒に酸素検知剤という錠剤が封入されることがあります。食品包装中の酸素の存在を色が変化することで知らせるものです。ほとんど無毒で中毒の心配はありません。酸素検知剤には、エージレス・アイ®、セキユールK® などがあります。

乾燥剤について

食品包装内に封入されている食品保存剤(脱酸素剤、鮮度保持剤)の他には乾燥剤があります。目的も成分も違いますし、成分によっては危険なものもあります。食品に用いられている乾燥剤は、主にシリカゲル、生石灰、塩化カルシウムです。また塩化カルシウムは食品の他、押し入れなどの除湿剤としても使用されています。

**シリカゲル**：透明または青色の粒状で、食べても心配ありません。しかし、まれに口の中がただれることがあるので十分な水を与えて下さい。

**生石灰**：食べた場合は吐かせてはいけません。すぐにコップ1~2杯の牛乳(または水)をのませて下さい。食べた量が少しならばこれで大丈夫ですが、大量の場合はすぐに医師にご相談ください。熱を発生してアルカリとなり、食道や腸管に穴があいてしまうこともあります。

**塩化カルシウム**：まず牛乳をコップ1~2杯飲ませ、元気ならば大丈夫ですが、食べた量が大量であればただちに医師の診察を受けてください。





4-2

痴ほう症のおばあちゃんが  
タバコをかじってしまいました。  
大丈夫でしょうか？



### 毒性

成人ではタバコ2本分、乳幼児ではタバコ1本に含まれるニコチンが致死量です。乾いたタバコでは、含まれているニコチンの全量が吸収されることはあまりないのですが、水に浸っていたタバコやその液にはニコチンが溶け出していて吸収されやすく、少量でも非常に危険です。灰皿代わりに使ったジュースやビールの空き缶に残っていた液を飲んでしまう事故が多くみられます。

### 症状

発現時間	タバコ誤食後 : 30分～4時間以内
	タバコ浸出液の場合 : 15分以内

顔色が青白くなり、吐いたり、ぐったりします。腹痛や下痢、よだれが多く出たり脈がはやくなることもあります。ひどい場合は、意識がなくなったり、けいれんして呼吸ができなくなります。

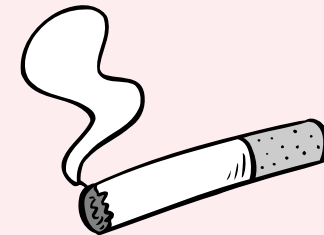
### その時の処置

- あわてずに、まず吐かせてみます。
- 水に浸っていたタバコを食べたり、その液を飲んだ場合にはすぐ受診します。
- 乾いたタバコを少量(乳幼児で2cm未満)食べた時や食べた量の大部分を吐いたことが確認できたら、そのまま数時間、顔色や嘔気など異常がないか、注意して様子を見ます。
- 少しでも異常があれば受診します。4時間以上たっても異常がなければまず安心できます。
- タバコそのものの誤食の場合には大半はニコチンの強い刺激性と催吐作用によりのものですぐに吐き出してしまうので重篤な症状を呈することはまれです。
- 体内に入ったニコチンは24時間経つとすべて体の外に出ってしまうので、1日経つても異常がなければ、もう心配はいりません。

### タバコ専用電話

(情報料:無料、テープによる一般市民向け情報提供)

0727-26-9922 365日 24時間





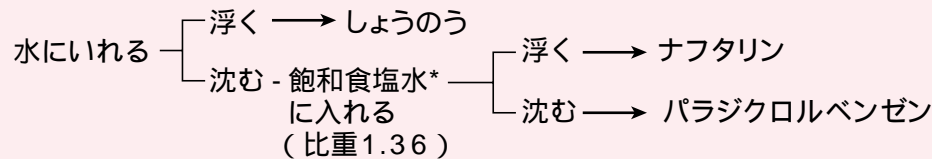
質問 4-3

75才のおじいちゃんが衣類防虫剤を少しがじってしまいましたが大丈夫でしょうか？

答え

防虫剤には、ピレスロイド系、パラジクロルベンゼン、ナフタリン、樟脳しょうのうがあり、成分によって毒性や症状が異なります。間違えて食べた場合は右の表を参考に応急手当てをしてください。いずれの防虫剤も油分に溶けて吸収が増すので、牛乳や脂肪の多い食品は数時間与えないでください。

万一事故が起きて種類がわからない時は、小片があれば比重の違いから見分けることができます。しょうのうは水に浮き、ナフタリンは水では沈みますが飽和食塩水では浮き、パラジクロルベンゼンはいずれでも沈みます。



\*飽和食塩水:コップに水をいれ、食塩が底に沈む位大量に溶かす(コップ半分(100ml)の水に大匙3杯位)

ピレスロイド系	水を飲ませ様子をみる。
主な商品名：ニューネオパラ®(エステル化学)、ムシューダ®(エステル化学)、ミセスロイド®(白元)、モスブリート®(小林製薬)、サザン®(フマキラー)、ゴン®(大日本殺虫剤)	
パラジクロルベンゼン	体重10kg当たり1g以下なら水を飲ませて様子をみる。それ以上の量なら水を飲ませ、吐かせて病院へ
主な商品名：ネオパラ®(エステル化学)、ネオパラエース®(エステル化学)、ネオパラコーナー®(エステル化学)、パラゾール®(白元)、モスノー®(小林製薬)	
ナフタリン	なめた程度なら水を飲ませて様子をみる。それ以上の量なら水を飲ませ、吐かせて病院へ。
主な商品名：ネオパース®(エステル化学)、わらべ®(白元)、モスビーズ®(小林製薬)	
しょうのう(樟脳)	なめた程度なら水を飲ませて様子をみる。それ以上の量なら水を飲ませ、吐かせずに病院へ(けいれんを起こしやすいので吐かせてはいけない。)
主な商品名：着物樟脳®(白元)、人形樟脳®(白元)	



4-4

一般向け電話サービスの  
中毒110番について教えて  
ください。



中毒110番とは、一般ならびに医療機関に対して、中毒情報の問い合わせに応じるための機関で、(財)日本中毒情報センターによって運営されています。

取扱う対象は化学物質(タバコ、家庭用品など)、医薬品、動植物の毒などによって起こる急性中毒について情報提供しています。

一般向けの中毒110番、電話サービスの利用方法は下記のとおりです。

大阪中毒110番(365日 24時間対応)

0990-50-2499

\*ダイヤルQ2:通話料と情報料(1件300円)がかかります。

つくば中毒110番(365日 9時~21時対応)

0990-52-9899

\*ダイヤルQ2:通話料と情報料(1件300円)がかかります。

家庭用品、自然毒については以下のHPでも検索できます。

<http://www.j-poison-ic.or.jp/homepage.nsf>

### 問い合わせにあたって

情報提供には正確な情報把握が必要です。特に中毒原因物質の特定は重要ですので、できれば商品等を手元にお持ちの上、電話しましょう。

### 知らせること

- ・患者の氏名、年齢、体重、性別
- ・連絡者と患者との関係、連絡者の電話番号
- ・中毒原因物質(正確な商品名、会社名、用途)
- ・中毒事故の発生状況(摂取量、摂取経路、発生時刻)
- ・患者の状態





**5** 年をとって、体温が低くなっていると感じますがどうでしょうか？また、腋、口、耳で測るなどいろいろな体温計がありますが、違いを教えてください。



一般的に、高齢者の体温は成人よりも低めに出来ます。また、体温リズムが不規則になりやすい暑いときには体温が高めに、寒いときにはやや低めになります。特に寝たきりの老人は、肺炎やその他の感染症にかかっても発熱しない場合もあるので注意が必要です。体温は朝は低く午後に高くなり、寝る頃にまた低くなります。また、食事やお風呂、運動のあとには体温が上がるのでこのような場合は、最低30分以上たってから検温しましょう。

## 腋の下で測定する体温計

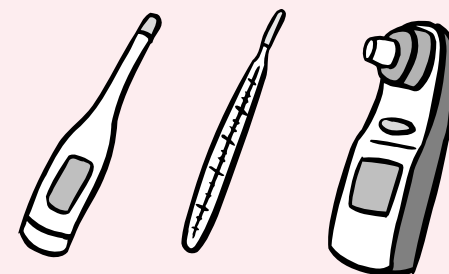
水銀体温計(ガラス体温計)は、温まると膨張する水銀の特性を利用し、最高温度を測定するものです。一方、先端のセンサーで温度を感知する電子体温計には、「実測式」と「予測式」があります。水銀体温計と「実測式」は、変化している温度がそのまま表示されます。たとえば2分で取り出せば、2分間温めた温度が表示されるわけです。腋で正しく検温するには、10分以上必要です。多くの家庭では測定時間も短く簡便な予測式の体温計が用いられていますが、これらもそのまま測り続けることで実測式の機能をもっています。腋の温度は「体の表面の温度」ですが、しっかり閉じることで体の内部の温度が反映されて温まります。

## 口の中で測定する体温計

口の中の温度は、腋に比べてより早く安定し、約5分で平衡温になります。同じ人でも口と腋の温度は異なります。

## 耳式体温計

耳内温とは、耳の中の鼓膜及びその周辺の温度のことで、体の内部の温度を反映し安定しています。耳式体温計は、耳の中から出ている赤外線センサーが瞬時に検出することで、耳内温をたった1秒で測ります。耳式体温計で検温する場合、耳の中が汚れていると、正確な測定ができません。耳垢などはきれいに取り除いておきましょう



## サイドメモ

### 水銀体温計がわれて、水銀がこぼれたが大丈夫か？

体温計に使用されているのは金属水銀です。こぼれた水銀は放っておくと気化しますが、通気性のよい室内であれば吸入による中毒が起こることはほとんどありません。また、水銀そのものを飲んでしまっても消化管からの吸収は極めてわずかなので中毒の心配はありません。ただし、その蒸気は毒性が高いため、部屋の換気をよくしてから散らばった水銀を密閉容器に入れて戸外に置くとよいでしょう。



**6** 血圧計を購入しようと思います。  
どんな種類がありますか？また  
家庭で血圧を測る場合の注意を  
教えてください。



## 血圧計の種類

血圧計は医療機関では主に聴診器で血管の音を聴いて測る聴診法(コトコフ法)が用いられています。それに対し、家庭用の血圧計で多く使われている測定法は血管の振動で測る簡便な測定法(オシロメトリック法)で、動脈の拍動に伴って定期的に発生する振動の変化を測ることにより血圧値を割り出します。しかし最近では、家庭用でも医師と同様にコトコフ法で測定する家庭用血圧計が市販されています。これは聴診器の代わりに高感度マイクを腕帯に内蔵しています。

一般的に血圧といえば上腕動脈の血圧を意味し、医療機関でも上腕で測定します。これは上腕部が心臓に近く、より正確な測定値が得られるからです。最近ではさまざまな血圧計が市販されており、指で測るものや、手首で測るもの、上腕で測るものがあります。中でも一番正確に測れるものは腕で測るタイプの血圧計です。手首や指で測るタイプは手軽に測れるメリットがありますが、これから購入するのなら、上腕で計測するものがよいでしょう。

血圧は1日のうちでもかなり大きく上下します。それに加えストレス、病気、生活状態の変化、気温、運動、姿勢や睡眠などによってもすぐに変化してしまう繊細なものです。血圧は緊張でも上がりますし、正しく測らないと正確な数値がでないことがあります。正しい血圧の測り方が大切です。正常な人でも一日で20~30mmHgの変化があります。また、「白衣性高血圧」といって医師の前では血圧が高くなる人もいます。そのため、自宅でリラックスした状態で血圧を測定するというのは意味のあることです。

## 測定時は、次のような点に注意してください。

**毎日同じ時間に測る:**1日1回測定する場合は、起床後1時間以内に測るのがよいでしょう。血圧の1日の変動は、人によってさまざまなパターンがあります。特に血圧を下げる薬を服用している場合には寝起きの血圧が重要といわれています。起床時と就寝前の2回、血圧を測り、血圧のおおまかな変動をつかんでおいて、測定記録を受診の際に主治医に見せれば、薬の選択や調整をするうえで大いに役立ちます。

**その他の注意:**測定の前30分前に、食事・入浴・喫煙・運動などは避けるようにしましょう。測定の前5分間くらいは安静にするようにしてください。血圧を測る場所は心臓と同じ高さにしましょう。特に手首に巻くタイプの場合には注意が必要です。





生活習慣病の予防に「保健機能食品」を摂ろうと思いますが、どのようなものがありますか？また、「健康食品」とは違うのですか？



厚生労働省は2001年4月、定義があいまいだった健康食品の指針づくりの一環として、「栄養機能食品」という枠を定めました。従来、体の生理的機能に影響を与える保健機能成分を含む食品について、「特定保健用食品（特保）」という枠組みがありましたが、両者を併せて今後、「保健機能食品」と総称します。

保健機能食品			
医薬品 (医薬部外品を含む)	特定保健用食品 (個別許可型)	栄養機能食品 (規格基準型)	一般食品 (いわゆる健康食品を含む)

栄養成分含有表示  
 保健用途の表示  
 (栄養成分機能表示)  
 注意喚起表示

栄養成分含有表示 (栄養成分含有表示)  
 栄養成分機能表示  
 注意喚起表示

栄養機能食品は食生活の乱れなどで通常の食生活では不足しがちな栄養成分の補給、補完ができる食品のことです。具体的にはビタミンA、ビタミンCなどのビタミン類12種類、カルシウムなどのミネラル類2種類を、一定の基準の範囲で含む食品のことを指します。

特定保健用食品は、「身体の調子を整える」などはたらきがある成分(=「関与する成分」)を加工した食品で、効果や安全性が動物やヒトなどへの試験で科学的に証明され、健康表示(健康への効用を示す表現)を厚生労働大臣が許可した食品です。



### 【種類】

- おなかの調子を整える食品
  - (オリゴ糖類を含む食品、乳酸菌類を含む食品、食物繊維類を含む食品)
- コレステロールが高めの方に適する食品
- 血圧が高めの方に適する食品
- ミネラルの吸収を助ける食品
- 虫歯の原因になりにくい食品
- 歯の健康維持に役立つ食品
- 血糖値が気になる方に適する食品
- 食後の血中の中性脂肪を抑える食品
- 体脂肪がつきにくい食品
- 骨の健康が気になる方に適する食品

保健機能食品制度創設の目的は、数多くの健康食品の中から消費者が選択する場合に、適切な情報を提供することです。一般の人の健康増進や疾病予防を主な目的としていますが、薬物療法と組み合わせる食事療法において、正しい方法で当該食品を摂取させることにより治療効果を高めることが期待できますし、また、食事療法や薬物療法に至る以前の軽度の病期にある者に対して生活改善法と平行して摂取することにより病状の進行や加齢による変化を遅延させる効果が期待できます。



**海外で製造されたダイエット用の健康食品を摂取して被害が広がっているとのニュースが報道されました。医薬品や化粧品などを海外から買ったりすることもありますけどどんなことに注意すればいいのですか？**



海外で製造されたダイエット用の健康食品を摂取後に、死亡例や肝障害を含む多くの健康被害が報告されました。そしてそれらの製品からアメリカでは禁止になった医薬品の成分であるフェンフルラミンやまたその化合物である未承認の医薬品のN-ニトロソ-フェンフルラミンという物質が検出されました。現在、医薬品、医療用具、医薬部外品、化粧品などを海外から気軽に購入したり個人輸入する人が増えています。今回の事件で改めて海外で製造された医薬品および健康食品に関しての危険性が指摘されています。いままで副作用が報告された海外の製品等の事例を紹介するので参考にしてください。

## いままでにあった主な事例

1. 中国から個人輸入した未承認糖尿病薬を服用後に死亡した例。  
日本では要指示薬に指定されている血糖降下剤(グリベンクラミド)が相当量配合されていました。
2. 医薬品や化粧品に「ヒ素」や「水銀」など日本では禁止されている成分が配合されていました。
3. アトピー性皮膚炎等に使用される医薬品として、日本では薬事法上承認されていない医薬品「皮炎霜」に、既に承認を得ている医薬品とほぼ同濃度のプロピオン酸クロベタゾール(ステロイドホルモン)が含有されて

いることが判明しました。

4. 甲状腺ホルモンが含有されていたダイエット食品の事例。  
服用していた女性が動悸や暑がり感、手指の震えなどの症状が発現し、甲状腺ホルモン中毒によることが判明しました。
5. 麻黄(エフェドラ)を成分とする健康食品はダイエット食品として米国では数多く販売されています。しかし、麻黄は覚せい剤の原料にもなり医薬品としての強い副作用もあり、ハーブ類として売られているケースもありました。
6. 胎盤ホルモンを使ったりしたものなども個人輸入でホームページなどで自由に入るようになっていています。日本ではBSEの問題以来、特定危険部位は医薬品への使用を禁止されていますが、この場合の規制も個人の責任範囲となります。
7. バイアグラ等の医薬品での粗悪品が流通しています。

日本国内で販売される医薬品や化粧品などは薬事法で有効性と安全性が確認されています。今後、日本で販売される健康食品等に関しては成分等の監視の徹底が行われるとは思われますが、個人輸入の場合や海外で購入する場合、これらの製品は日本の法律の規制は受けません。中国の医薬品や米国の健康食品も成分表示義務がないので成分が正しいのか安全なのか基準が明らかではありません。また、製品の偽物も流通しています。これらの危険性が十分存在することを考えると安易な使用は控えたほうがよいでしょう。





薬局に処方せんを持っていったところ、先発医薬品と後発医薬品のどちらを選ぶか薬剤師から聞かれました。これはどういうことですか？



薬に限らず、何か画期的な新製品が世の中に登場すると、その後を追って同じような製品が出てきます。

薬の場合、これまでになかった有効成分や効き目などが国により認められた医薬品を「新医薬品」と呼びますが、一般的に新薬の開発には大変な費用と年数が必要です。こうして新たに発売となった医薬品は、開発企業の特許が切れるまで(特許出願後20 - 25年間)は他社が同等のものを作ることにはできません。しかし、いったん特許が切れると国の共有財産となり、他社の製造・販売が可能となります。このようにして作られたものを『後発医薬品』と呼び、これに対して、最初の新医薬品を『先発医薬品』と呼びます。後発医薬品は欧米では一般名、すなわちジェネリックネームで処方されることより、「ジェネリック医薬品」と呼ばれたり、複数の会社から異なる商品名で作られることから、「ゾロ品」ともいわれます。

### 【後発医薬品の利点】

- \* 新薬に比べ、開発費用や申請データが少なくすむため、薬価が先発品の4～8割と安く、患者さんの自己負担額が軽減されます。
- \* 先発医薬品の欠点を補うような製剤工夫を施すことができます。
- \* 国の医療費節減対策として、後発医薬品の使用を促進しています。

【ある血圧降下剤の場合】

		先発品(新薬)	ジェネリック医薬品	差額
薬価	血圧降下剤①	108.4円	86.7円	21.7円
	血圧降下剤②	90.9円	49.3円	41.6円
	胃腸薬	100.8円	40.4円	60.4円
1日薬価(合計)		300.1円	176.4円	123.7円
1年間	薬剤費	109,500円	65,700円	43,800円
	健保本人(2割負担)	21,900円	13,140円	8,760円
	健保家族、国保(3割負担)	32,850円	19,710円	13,140円

上の表は、代表的な血圧降下薬を後発医薬品に替えた場合です。1錠あたりの差額はわずかな差ですが、1年間飲み続けると大きな差額になります。薬局に処方せんを持っていった場合、先発医薬品か後発医薬品のどちらを選ぶか、薬剤師から聞かれる事があるかもしれません。そのような時には、どのような薬があって、それらがどのように違うのか、薬局の薬剤師にぜひ相談してみてください。





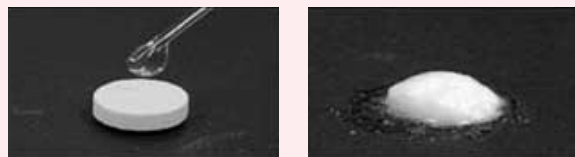
## 10

「水なしでどこでものめる薬」  
があると聞きましたが、ど  
のようなものですか？



従来の錠剤、カプセル剤、粉薬といった経口薬はコップ1杯程度の水またはぬるま湯で服用する必要がありましたが、近年、薬の形や投与の仕方を工夫して、飲みやすくしたり、効果を高めたりする技術の開発が活発になっています。水がなくても、噛み砕くか口の中で溶かすタイプを「チュアブル錠」といいます。

しかし、高齢者や小児の患者ではこの噛み砕くことが困難であったり、噛み砕いた粒が口の中でざらついたり、歯に詰まったりして不快な場合があることから、最近、「口腔内崩壊錠」が注目されています。これは図に示しましたように、口腔内に入れると5 - 20秒程度の短時間でラムネ菓子のように舌の上で泡のように溶けて容易に飲み込むことができます。



口腔内崩壊錠の崩壊のようす

## 利点

高齢者など嚥下機能が低下している方でも服用しやすい。  
水分摂取を制限されている場合でも水なしで服用可能。  
手元に水がなくても服用でき、飲む場所を選ばない。  
持ち運びに十分な硬度がある。

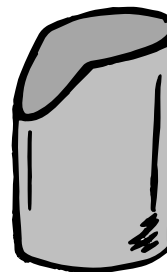
## 注意点

口腔粘膜からは吸収されず、効果発現が早まることはありません。  
一緒にのむ薬が普通の錠剤やカプセル剤などである場合、混乱しての  
み間違えないようにしましょう。

一般薬では、総合感冒薬、咳止め、鼻炎薬、解熱鎮痛薬、乗り物酔い止め、下痢止め、医療用医薬品でも、消化性潰瘍薬、制吐剤、高尿酸血症治療薬、降圧薬、気道潤滑去痰薬、片頭痛治療薬など、後発医薬品(参照:Q9.先発品・後発品とは?)を含め今後ますます多くなっていくものと考えられます。

## サイドメモ

### ノーズフィットカップ



嚥下障害のある患者にとって水をコップで飲む際に最後の一滴まで飲もうとすると顎があがってしまい、むせてしまうことがあります。顎が上がらずに最後まで水を飲むことができるように、カップの鼻に当たる部分をカットしたノーズフィットカップや、コップの内側の底を円錐形にしたものを利用して薬のみましょう。





## 11 前立腺肥大症について教えてください。



### 前立腺肥大症とは

一般的に男性は年をとってくると、若い頃に比べて尿が出にくくなります。その原因の中でもっとも多いのが、前立腺肥大症です。前立腺は膀胱のすぐ下にあるクルミぐらいの大きさの臓器で、精のうと一緒に精液をつくる役目を果たしています。そして、この真ん中を通っているのが尿道です。50歳以上の多くの男性は、徐々に前立腺が肥大し尿道を圧迫するようになります。そのため尿がすぐ出ない、少ししか出ない、残尿感がある、トイレが近く、特に夜間に行く回数が多い、などの症状が出ます。前立腺肥大の症状は必ずしも命にかかわるものではありませんが、こういう異常に気づいたら、早めに泌尿器科を受診して悪化させないよう治療することをお勧めします。治療は排尿障害が軽症なら薬で治療となりますが、残尿が多い方は手術が必要になる場合が多くなります。症状により、軽度から中等度の大きさの肥大なら、電気メスやレーザーによる内視鏡切除、温熱療法などがあり、高度の肥大には開腹手術が行なわれます。治療せずにおくと膀胱の筋肉の収縮力が低下し、尿が無意識のうちに流れ出してしまい、放置しておくと膀胱炎などの感染症も起こしやすくなります。深刻なケースでは、尿が逆流して腎臓の機能が低下し、尿毒症を引き起こすこともあります。

### Q1.前立腺肥大症から前立腺癌になることはありますか？

A1.前立腺肥大症と前立腺癌は別の病気ですから肥大症が進行して癌になることはありません。しかしどちらも同じ年代の男性に起こりやすく、前立腺肥大症の検査や治療を行っているときに癌が見つかるケースは少なくありません。

### Q2.市販の風邪薬、胃腸薬を服用しないよう注意されたのですがなぜですか？その他、日常生活で注意することは？

A2.前立腺肥大症の方で、市販の風邪薬、胃腸薬を服用すると、膀胱に尿が充満しているにもかかわらず尿が全くでない状態(急性尿閉)が起きることがあります。下腹部が激しく痛み、大変に苦しい症状ですのですぐに受診する必要があります。これは、これらの薬の中に「抗ヒスタミン作用」「抗コリン作用」と呼ばれる働きのある薬が配合されているためです。この作用は風邪薬では鼻水を止めたり、胃腸薬では胃ケイレンなどの痛みを抑える効果がありますが、膀胱周辺の排尿筋の収縮を抑制し前立腺部尿道の収縮を増強する作用もあるため、このような急性の症状をおこします。この他に不整脈治療薬、抗不安薬、パーキンソン治療薬などにも注意が必要です。

また、飲酒は利尿作用もあり急速に膀胱に尿を溜め前立腺を充血させるので尿閉が起きやすくなります。前立腺肥大のある人は特に深酒は慎みましょう。





## 12 片頭痛の新しい薬が発売されたそうですがどのようなものですか？



片頭痛と診断された場合、処方される薬には予防薬と発作治療薬(頓服として使われる)があります。予防薬として、血圧にはほとんど影響のないカルシウム拮抗薬の塩酸ロメリジン(ミグシス®、テラナス®)が使われるようになりました。片頭痛のため日常生活に支障のある場合(月に2回以上の片頭痛)は毎日規則正しく飲む必要があります。予防薬なので頭痛が起きてから飲んで効果はありません。

発作治療薬として、日本では以前よりエルゴタミン製剤(麦角アルカロイド:カフェルゴット®、クリアミン®、ジヒデルゴット®)が使われていました。この薬は前兆期や発作早期に非ステロイド性鎮痛薬と併用する場合があります。しかし、この薬の頻回の使用には注意が必要で、1日の使用量や1週間に飲む量が制限されています。

質問の新しく発売された薬はトリプタン系の製剤です。この薬は、従来の薬と比べて頭痛がひどくなってからでも十分に効果があります。スマトリプタン(イミグラン®)の皮下注射薬と内服薬、ゾルミトリプタン(ゾーミグ®)の内服薬やエレトリプタン(レルパックス®)も使用できるようになりました。また水なしでも服用できるように工夫されたチュアブル剤(ゾーミグRM®)〔参照:Q10.水なしでのめる薬とは?〕は、片頭痛発作時にいつでもどこでも、その場で速やかに服用することができます。その他、新しい剤型とし

て点鼻薬なども開発中です。

トリプタンは脳の血管と三叉神経に作用します。まず拡張してしまった血管を元に戻し、さらに、三叉神経に働いて神経ペプチドを放出し、血管の炎症を抑えることで頭痛が治まると考えられています。トリプタン系の薬は神経伝達物質のセロトニンと同じような働きをするので頭痛に伴う吐き気も防ぎます。

この薬は脳動脈と冠動脈にわずかに血管収縮作用をもつため心筋梗塞や脳血管障害の病気のあった方は使用出来ません。そして片頭痛が治らないといって従来のエルゴタミン製剤と同時に使用できません。また、前兆期に非ステロイド性鎮痛薬を飲んで、治療できていた方はあえて高価なトリプタン製剤を使用する必要はありません。その他に注意することとして、うつ病の治療に使われている薬やセントジョーンズワートなどのサプリメントとの相互作用に気をつけなければならない場合もありますから何か他の薬を服用している人は医師または薬剤師にご相談ください。

頭痛にはいろいろな原因、症状があり、治療に用いる薬剤で頭痛が起きている場合もあります。まず症状をよく観察しその情報を医師や薬剤師に伝えることが大切です。





## 13 シックハウス(室内空気汚染)症候群とはどんなものですか？



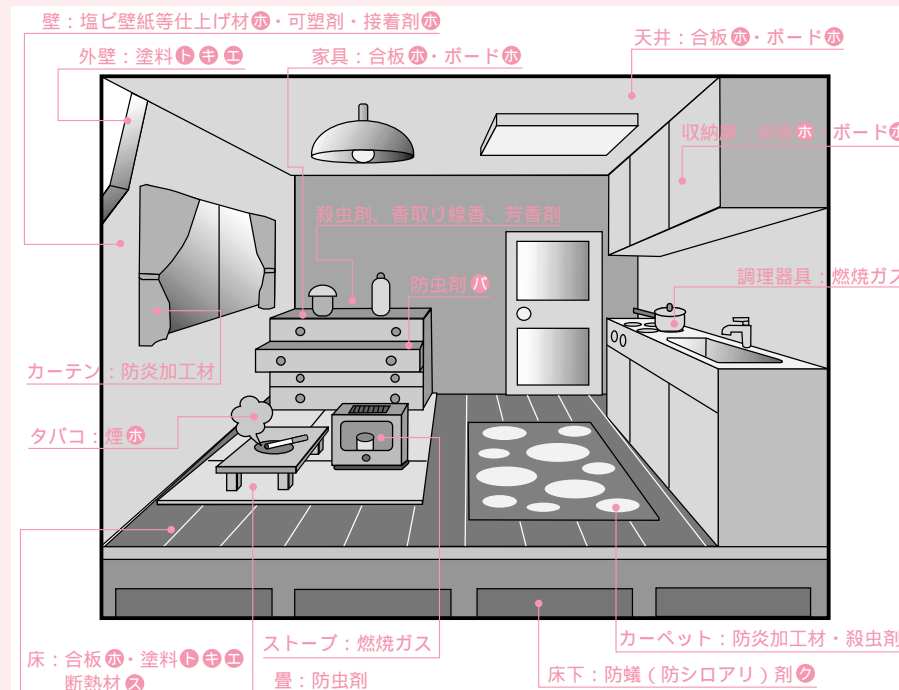
新築や改築の後、建材から発生する化学物質により、頭痛や吐き気などの健康障害を引き起こすことが問題となりました。

主な原因物質として取り上げられているのは、建材や家具の接着剤あるいは壁紙用接着剤の防腐剤として使用されているホルムアルデヒドですが、住宅内にはこの他にもいろいろな化学物質が存在します。これらは常温で揮発しやすく、空气中に放出されます。

その空気に含まれる汚染化学物質は呼吸器から直接、血液に溶け込み、一部の化学物質は鼻粘膜から直接脳内へ流入します。ヒトは、平均して人生の80%以上を室内空間で過ごし、毎日15kgの空気を摂取すると言われ、室内空気汚染化学物質の怖さはここにあるのです。

厚生労働省では、実態調査において室内空気中で高い汚染を示した化学物質8つ(右図中に略号で示す)を含む11物質について指針値を示しています。これら化学物質は、直接目・鼻・のどを刺激したり、発ガン性が疑われる他に、化学物質過敏症を引き起こすことが指摘されています。これは、ごく微量の化学物質にさらされることでアレルギー疾患という“感作”状態になり、2度目から同じような物質で過敏症状を起こすものです。また、繰り返

すことで体内に蓄積し、慢性的な症状を起こす中毒症状に近いこともあります。そして、いったん過敏性が獲得されると反応する化学物質の種類が増えていくのが一般的です。



上図には、指針 が定められている化学物質の発生源を、次の略号で示しています。  
 ①ホルムアルデヒド ②トルエン ③キシレン ④パラジクロロベンゼン  
 ⑤クロロピリホス ⑥エチルベンゼン ⑦スチレン

シックハウス症候群で問題となるのは、アレルギー疾患と化学物質過敏症ですが、室内空気汚染があまりにも強いと、通常の中毒と同じ症状を起こし、これら疾患は重複する事もあります。

### <すぐできる対策>

- ・ 通風に配慮し、できるだけこまめに換気しましょう。
- ・ 窓を閉め切るときは台所、トイレ、浴室の換気扇を回しましょう。
- ・ 殺虫剤、防虫剤はむやみに使用しないようにしましょう。

## (既刊もくじ)

### 第1集

- 質問 1. 薬を飲む時の飲み物は何かよいか
- 質問 2. 錠剤やカプセルの飲み方の注意
- 質問 3. 湿布剤の効果的な貼り方
- 質問 4. 経皮吸収型貼付剤とは
- 質問 5. 便秘薬を飲むときの注意
- 質問 6. 睡眠薬の副作用が心配
- 質問 7. 喘息の吸入療法について
- 質問 8. 病院でもらった薬の説明が本と違っていた
- 質問 9. 薬の使用期限はどのくらい
- 質問 10. しゃっくりに効果的な柿の蒂
- 質問 11. 骨粗しょう症にならないために
- 質問 12. 女性ホルモン療法について

### 第3集

- 質問 1. コレステロールを下げる薬
- 質問 2. 血圧降下剤で歯ぐきが腫れる?
- 質問 3. カルシウム拮抗薬とカルシウム剤
- 質問 4. 薬の副作用について
- 質問 5. 喘息治療薬の種類と副作用について
- 質問 6. ステロイド外用薬について
- 質問 7. ビタミンとは
- 質問 8. 解熱鎮痛薬Q&A
- 質問 9. 胃潰瘍の治療に抗生物質?
- 質問 10. 嗅覚と味覚の異常
- 質問 11. 眼瞼痙攣にボツリヌス毒素
- 質問 12. 狭心症の貼り薬について
- 質問 13. インフルエンザワクチンの効き目
- 質問 14. 病院でもらった薬と市販薬との併用について
- 質問 15. アルコールが薬に及ぼす影響について

### 第5集

- 質問 1. 禁煙したいのですが
- 質問 2. アルカリイオン水について
- 質問 3. セント・ジョーンズ・ワートとは
- 質問 4. エリスロマイシンを長くのむのは?
- 質問 5. 水虫のみ薬
- 質問 6. 結核が増えてきた
- 質問 7. 薬をのんで便の色が変わる?
- 質問 8. 高血圧の薬の選択は?
- 質問 9. 牛乳アレルギーと薬
- 質問 10. レジオネラ菌による集団感染
- 質問 11. パナルジン®錠の副作用
- 質問 12. バクシダール®と胃腸薬
- 質問 13. 骨粗しょう症とカルシウム剤
- 質問 14. かかりつけ薬局とは①
- 質問 15. かかりつけ薬局とは②

### 第2集

- 質問 1. インフォームド・コンセントとは
- 質問 2. 低血糖症状とは
- 質問 3. 高血圧の薬は、飲み続けなくてはならないのか
- 質問 4. コレステロールや中性脂肪を下げるには
- 質問 5. 貧血と鉄剤
- 質問 6. ドリンク剤は飲み過ぎても大丈夫か
- 質問 7. 納豆と血液の固まりやすさの関係は
- 質問 8. 薬の正しい飲み方は
- 質問 9. 坐薬の挿入法は
- 質問 10. 目薬Q&A
- 質問 11. 漢方薬の副作用について
- 質問 12. MRSAと消毒
- 質問 13. 0-157の予防薬はありますか

### 第4集

- 質問 1. 破傷風の注射をする時期は?
- 質問 2. バイアグラ®について
- 質問 3. 発毛剤のリアップ®について
- 質問 4. 新しい抗うつ薬SSRIとは?
- 質問 5. くすりが飲み込みにくくて困っています。よい方法はありますか?
- 質問 6. どうして漢方薬は食前又は食間にのみまねばならないのでしょうか?
- 質問 7. 家では血圧が正常ですが?
- 質問 8. アスピリンQ&A
- 質問 9. 胃の薬について
- 質問 10. カルシウム剤を飲むと結石が出来るのですか?
- 質問 11. 麻薬(モルヒネ)を使っても大丈夫?
- 質問 12. 腰痛に神経ブロック注射は?
- 質問 13. 血圧の薬とグレープフルーツジュース
- 質問 14. 誤飲について
- 質問 15. 薬の副作用で入院したら?

### 第6集

- C型肝炎Q&A
- 質問 1. C型肝炎とは?
  - 質問 2. 肝臓病は、飲酒が原因?
  - 質問 3. ウイルス性肝炎が悪化すると
  - 質問 4. どのように感染しますか?
  - 質問 5. 症状は?
  - 質問 6. 感染者が注意すること
  - 質問 7. 検査について
  - 質問 8. 治療について
  - 質問 9. インターフェロン療法の副作用
- 
- 質問 10. かぜ薬で脳出血の報道
  - 質問 11. ドリンク剤やビタミン剤の取り過ぎについて
  - 質問 12. かぜ薬や解熱鎮痛薬による重い副作用
  - 質問 13. 肺炎予防に高血圧の薬?
  - 質問 14. ヘリコバクター・ピロリの除菌療法
  - 質問 15. ベットから感染する病気
  - 質問 16. 緑内障と市販のかぜ薬
  - 質問 17. イチョウ葉エキスとは?
  - 質問 18. ヘルペスの薬について
  - 質問 19. 痛風の薬のみ方
  - 質問 20. 過敏性腸症候群の新薬
  - 質問 21. かかりつけ薬局とは

## 『高齢者 くすりの相談室』ごあんない

『高齢者くすりの相談室』は県民の皆様、とくに高齢者のかたに健康で安全な生活を送っていただくため、静岡県と静岡県薬剤師会がもうけた相談の窓口です。「何のくすりですか?」「くすりの使い方がわからない?」「くすりの副作用は?」などの医薬品や身のまわりの家庭用化学薬品(食品添加物、洗剤等)などのご相談に薬剤師がお答えします。

### 利用のしかた

電話、来所などにより、県民の皆様からのご相談に応じます。

<b>東 部</b>	(社)富士市薬剤師会 〒417-0061 富士市伝法2851	TEL 0545-53-9989 FAX 0545-53-3715
<b>中 部</b>	(社)静岡県薬剤師会 〒422-8063 静岡市馬淵2丁目16番32号	TEL 054-281-9989 FAX 054-203-2028
	(社)静岡市薬剤師会 〒422-8072 静岡市小黒1丁目4-4	TEL 054-283-9989 FAX 054-282-5973
<b>西 部</b>	(社)浜松市薬剤師会 〒432-8002 浜松市富塚町351-2	TEL 053-458-9989 FAX 053-455-1343

### 利用の時間

平日:午前9時-12時・午後1時-4時30分  
土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休みです。

## 高齢者 くすりの相談室

2002年9月発行

<b>編 集</b>	(社)静岡県薬剤師会 医薬品情報管理センター 大石 順子
	(社)富士市薬剤師会 医薬品情報室 久保田 節子
	(社)静岡市薬剤師会 医薬品情報室 高倉 三智子
	(社)浜松市薬剤師会 医薬品情報管理センター 高柳 郁代

**発 行** (社)静岡県薬剤師会 広報・情報委員会  
〒422-8063 静岡市馬淵2丁目16番32号  
TEL 054(203)2023(代)  
FAX 054(203)2028

e-mail:kenyaku@shizuyaku.or.jp  
ホームページ:http://ken.shizuyaku.or.jp

**印 刷** 日本レーベル印刷(株)

