



くすりと健康

神戸市薬剤師会

風邪に効くくすり

風邪は、人類が一番よくかかる病気ですが、風邪についてよくよく考えてみたことはありますか。今月は、風邪っていったい何？ という話から、薬の話に入っていきたいと思えます。

風邪の原因は、ウイルスや細菌の感染であり、約90%はウイルスの感染によるものといわれています。ウイルスや細菌が体の中に侵入すると、くしゃみでウイルスを排除しようとしたり、鼻水を出してウイルスが細胞に取り付くのを防ごうとしたり、体の防御機能が働きます。そして、ウイルスが体に入ってしまった場合は、熱に弱いウイルスをやっつけようと、体が熱を発生させます。このように風邪の諸症状は、体に入った病原菌などから身を守るために、体が悪戦苦闘している姿なのです。

安静、保温保湿、栄養。この3つがそろうていれば、体の免疫機能が自動的に働き、病原菌を退治して健康な体に戻してくれます。とはいえ、体が病原菌と戦っている間、いくら戦いのためとはいえ、鼻水、のどの痛み、熱など、不快な症状が続くのはつらいですよ。これらの症状を抑えるのが、風邪薬の役目です。つまり、風邪を治す薬というものは存在しないということです。ただし、インフルエンザはインフルエンザウイルスによる病気なので、特效薬が存在します。高熱や関節の痛みなどがあれば、内科や耳鼻科で診断してもらおうようにしましょう。

薬を買いに来られた患者さんに「風邪に一番良く効く薬をください」「風邪を早く治す薬をください」などと言われると、薬剤師は「一番困ります。『そんな薬はありません』と、心の中でそつとつぶやくこともあります。風邪薬を買うときは、次のようなこ

とを伝えていただければ、薬剤師はお勧めの薬を選ぶことができます。熱、頭痛、のどの痛み・はれ、鼻水・鼻づまり、せき・たん、これらの中で、今、どの症状が出ているのか？ そして、一番つらい症状はどれか？

もちろん、他に服用している薬がある場合や、アレルギーを起こしたことがある人、緑内障や前立腺肥大などの病気をお持ちの方は、市販の薬を服用するときに気を付けなければならぬことがありますので、伝え忘れないようにしてください。

最初にも書いたように、風邪の諸症状は体の防御反応です。つらくなければ、熱も無理やり下げる必要はありませんし、せきなども体が出している何らかのサインかもしれませぬ。それでも、風邪のつらい症状が出てきたときは、市販薬の助けを借りて、体を薬にしてあげてはいかがでしょうか？