

# わたらの 健康とくすり

## 第103号

### 今月の内容

- 脳卒中の薬について
- ペットボトル症候群
- 嫌酒薬って何ですか？



カラスビシャク（サトイモ科）

畑や路傍に生える多年草で、夏に緑、時に暗紫色の総苞に包まれた花茎を伸ばし、蚊が頭を立てたような外観を呈します。地下にある直径2cmほどの球茎を半夏（はんげ）といい、漢方で吐き気止めの重要な生薬です。えぐ味が強くて服み難いですが、生姜、甘草などと一緒に煮るとえぐ味が弱まるとされています。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2004年7月発行

東京都八王子市館町1097 電話0426-66-0931

協力 八王子薬剤師会

朝長 文彌/茂木 徹

103-2



## 疾患シリーズ

### 脳卒中の薬について

脳卒中は脳内の血管が詰まる脳梗塞、頭蓋内の血管が破れる脳出血とくも膜下出血に大きく分けられます。また発作が起こった直後の急性期と病状が安定した慢性期では使われるお薬は異なります。ここでは**慢性期のお薬について**お話します。

**脳卒中の治療には**血圧の管理が大切です。血圧が高い状態が続くと血管を傷め、血管が詰まりやすくなったり（脳梗塞）、瘤（こぶ）をつくり、それが破れやすくなったり（脳出血、くも膜下出血）します。したがって治療には血圧を下げるお薬を服用します。また脳梗塞には、アスピリンなどの血液をさらさらにして、血管が詰まるのを防ぐお薬を服用します。効果が強く出してしまうと出血しやすくなり、あざや歯肉の出血が見られることがあるので主治医に連絡しましょう。

脳卒中の危険因子には高血圧症の他に、高脂血症、心臓病、糖尿病などがあります。再発や病状の悪化を避けるために、これらの治療が必要となります。コレステロールや中性脂肪を下げる薬、心臓病、とくに不整脈を調整するお薬、糖尿病のお薬などを服用します。

その他に痙攣や排尿障害、痴呆、情緒障害などが認められることがあれば、それらに対するお薬を服用することもあります。必ずしもすべての種類のお薬が処方されるわけではなく、その人の病状に合わせて処方されます。

また、**お薬は医師の指示どおりきちんと服用してください**。たとえば血圧を下げるお薬を飲んだり飲まなかったりすると、血圧が大きく変化し、血管がやぶれやすくなったりします。一方、非常にまれですが、副作用として肝臓の障害や血液の異常などを起こすお薬もあります。さらに納豆などの食事との飲み合わせに気をつけなければいけないお薬などもあります。体調に異変があれば副作用であるとも再発であるともわかりませんので、すぐに受診ください。

**病状が安定しても**、麻痺などの障害が残ることもあります。障害のために、**お薬の管理や服用方法には工夫が必要となる**ことがあります。患者さん自身で管理が出来なければ御家族や介護者の御協力も必要になります。また飲み込むことが難しい場合は錠剤やカプセルをつぶしたり、ゼリーにつつんだりなどの工夫が必要です。つぶしたりすることでお薬の作用が強くなることもありますので、**自己判断で行わないで、医師や薬剤師に御相談ください**。

東京医科大学八王子医療センター薬剤部 興石 徹



## ちょっとお耳を…… ペットボトル症候群

種類もサイズも豊富で、移動中の持ち運びにも便利なペットボトル入り飲料。飲み方に問題はないでしょうか。

### 「ペットボトル症候群」とは

コーラやジュースなどの清涼飲料水（ペットボトル）を、1日2～3リットルと大量に飲み続けることにより、急性の高血糖の状態になることをいいます。ペットボトル症候群は暑い夏場を中心に、喉が渇くため、コーラ・ジュース・スポーツドリンクなどをたくさん飲むことが原因で起こります。ほとんどのドリンク類には多くの糖分が含まれています。冷たい飲み物の甘みは感じにくいので、気付かないうちに糖分を摂りすぎて、糖尿病を引き起こしてしまうのです。

### 「清涼飲料水に含まれる糖分」

清涼飲料水の糖分は約10%です。炭酸飲料、コーラ、果汁飲料（果汁50%未満）、コーヒー飲料などの清涼飲料水は、1.5リットルのペットボトル1本で約150gも糖分を含んでいます。ちなみに、一般成人が1日に摂取していい糖分は50gまでとされています。糖分はエネルギーに変換されて人の活力になるため必要ですが、やはり飲み過ぎれば糖分の摂り過ぎになり、肥満が心配されます。

清涼飲料	内容量 (ml)	糖質 (g)	スティックシュガー (1本=3g)
缶 コーヒー	180	18	約6本
炭酸飲料(コーラ)	350	36.7	約12本
ピーチ果汁10%	350	36.4	約12本
紅茶レモン	350	22.4	約8本
スポーツドリンク	350	20	約7本



「予防」には喉が渇いたら、お茶か水を飲むことです。名はペットボトル症候群と言いますが、お茶や水ならペットボトルでも大丈夫です。これらには糖分が含まれていないので、血糖値があがる心配もなく、体に十分な水分補給をすることができます。

最後に、中身に関係なくペットボトル飲料を飲むときに気をつけたいことがあります。ペットボトルを持ち歩き、少しずつ飲んでいる人も多いようですが、一度口をつけて飲むと、ペットボトル内に雑菌が入り込み、振動により通常より雑菌が速いスピードで繁殖してしまいます。1日以内を目安になるべく早く飲みきるようにしましょう。

執筆薬剤師 阿部 芳世

## 103-4



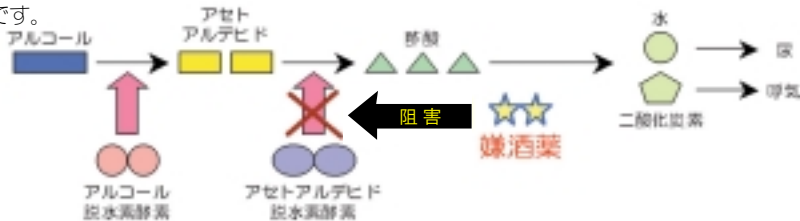
## おくすりQ&A

### 嫌酒薬って何ですか？

#### <飲んだお酒は体の中でどうなるんですか？>

お酒の中のアルコールは体内に入ると、約20%が胃から吸収され、残りの80%は小腸から吸収されます。吸収された後、血液の流れによって全身を巡ります。大部分は肝臓で代謝されます。

アルコールはアルコール脱水素酵素によってアセトアルデヒドになり、アセトアルデヒド脱水素酵素によって酢酸に分解されます。酢酸は全身をまわろううちに筋肉や脂肪組織で水と二酸化炭素に分解されて体の外に出ます。アルコールのまま排泄されるのは、全体の2～10%です。



#### <二日酔いはどうしてなるんですか？>

アセトアルデヒドはアルコールよりも有害で、体内に残ると頭痛や吐き気、動悸などの症状が出ます。お酒を飲みすぎたり、アセトアルデヒド脱水素酵素の動きが悪いと、体内にいつまでもアセトアルデヒドが残ります。これが二日酔いの主な原因です。

**A.嫌酒薬【けんしゅやく】は、アセトアルデヒド脱水素酵素を働かせないようにして、二日酔いを起こさせる薬です。**

嫌酒薬はお酒が嫌いになる薬ではなく、お酒を飲みたい！という気持ちが悪くなるわけではありません。ただ、嫌酒薬を使用している時にお酒を飲むと、アセトアルデヒドが体内に長時間滞在することにより二日酔いを起こすので、一時的にお酒を飲みたくなくなるというものです。

アルコール依存症でお酒をやめたいが、なかなかやめられないという患者さんに、二日酔いを起こさせて、お酒を遠ざけるようになることを期待して使われます。

#### <嫌酒薬にはどんなものがあるんですか？>

現在使われているのは以下の2種です。

(伴にアセトアルデヒド脱水素酵素を阻害します)

- ・ジスルフィラム【ノックピン】
- ・シアナミド【シアナミド液】

服用中は香水やアルコールを含んだ薬品・食品（ケーキ、奈良漬け等）も避けた方がよいです。料理には、みりんや料理酒を使わないようにしましょう。嫌酒薬を服用中にアルコールを摂取すると、呼吸困難や意識不明、けいれん発作などを起こすことがあり、大変危険です。市販のドリンク剤の中には高い濃度のアルコールが含まれているものもあるので注意が必要です。

嫌酒薬でアルコールをやめようと思うときには、専門医の指導の下で治療を受けて下さい。

執筆薬剤師 横溝 広和

