

わたらの 健康とくすり

第116号



今月の内容

- 骨粗鬆症のくすりについて
- クラゲにご用心!
- ヨクイニンって?

ニチニチソウ（キョウチクトウ科）

マダガスカル原産とされる多年草で熱帯では大きく育ち、木のようになりますが、温帯では春播きの一年生の草花として栽培されます。花冠は5裂し、色は赤、淡紅白などです。莖葉に含まれているピンクリスチン、ピンブラスチンなどのアルカロイドは白血病、悪性リンパ腫などの治療に用いられます。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2005年8月発行

東京都八王子市館町1097 電話0426-66-0931

朝長 文彌/茂木 徹

協力 八王子薬剤師会

116-2



疾患シリーズ

骨粗鬆症のくすりについて

骨粗鬆症とは骨密度の減少で骨がもろくなり、骨折しやすくなった状態です。人の骨密度は年齢と共に減少していきませんが、女性では特に閉経後に急激な骨密度の減少が起こることがわかっています。

原因としては、加齢や閉経によりホルモンの分泌低下やカルシウム吸収の低下、腎機能低下による血中ビタミンDの低下などがあります。私たちは常に骨形成と骨吸収（骨の破壊）が体内で行なわれており、両者の微妙なバランスによって骨密度が保たれていますが、上記の原因により両者のバランスが崩れると、骨密度が減少してしまいます。また、内分泌疾患、血液疾患、消化器疾患などで起こる場合もあります。

症状としては、腰背部の慢性的な痛み、脊椎の変形などですが、骨粗鬆症自体では明らかな症状がないことも多いため、骨密度の測定や骨折して初めて骨粗鬆症とわかることもあります。

治療としては、骨折予防のため骨密度を増加させることが重要で、それぞれの原因にあった薬剤を選択することが大切です。

分類	薬の例	作用
ビスフォスフォネート系	ボナロン・ベネット ダイドロネル	骨吸収を抑制することにより、骨量を増加
エストロゲン製剤	エストリール エストラダーム	女性ホルモンの不足を補い、骨吸収を抑制
骨代謝改善薬	オステン	骨吸収の抑制
活性型ビタミンD製剤	アルファロール ワンアルファ ロカルトロール	カルシウムの吸収を促進することにより、骨量を増加
ビタミンK2製剤	グラケー	骨形成の促進と疼痛の改善
カルシウム製剤	アスパラCA	カルシウムの補給
蛋白同化ステロイド	プリモボラン	カルシウムの尿への排泄を抑制
エストロゲン受容体作動薬	エビスタ	エストロゲン製剤と同様だが副作用は少ない

注意が必要なものとして、起床時に必ず水で服用後30分間は横にならず、飲食や他の薬の服用も避けなければならないもの（ボナロンやベネット）やワーファリンという薬と飲み合わせが悪いもの（グラケー）があります。

骨折部位によっては寝たきりの生活になる場合もあります。用法用量をきちんと守り、日頃から転ばないように気を付け、骨折を未然に防ぎましょう。

東京医科大学八王子医療センター 薬剤部 平野祥子



ちょっとお耳を…… クラゲにご用心！

夏も終わりに近づくとつれ、海でクラゲに会う確率も高くなります。刺されるとピリピリッとしてひどく痛みますよね。そんなクラゲはどのように人を刺すのでしょうか？そして、万が一刺されてしまったときの対処法は万全ですか？

クラゲはどうやって人を刺すの？

クラゲは触手に刺胞（しほう）という非常に小さなカプセル状の細胞をたくさんもっています。その刺胞細胞の中にたくさんの毒針が入っています。そんなくらげの触手に私たちが何も知らずにぶつかってしまうと、物理刺激を受けた毒針の入っているカプセル状の細胞が破れます。それと同時に、毒針も飛び出し肌に突き刺さり、毒を送り出されると、刺されてしまったということになるのです。ですから人間が勝手にぶつかっているだけで、本当はクラゲが悪いわけではないのです。

刺されるとどうなるの？

刺されるとピリピリッと電気が走ったような痛みが走り、その場所はみみず腫れようになります。場合によっては頭痛や吐き気をとまなう場合もあります。そして、ひどい場合は、ショック症状に陥り呼吸困難になることもあります。



刺されてしまったときの対処法

- ①海から上がり、刺された場所をよく見ます。この際に、**刺された場所をさわることは禁物**です。それが刺激となってまた刺胞細胞から毒針が発射され症状が悪化することがあるからです。また、真水で洗っても浸透圧の差で刺胞細胞が破れてしまい同じく症状を悪化させることがあるので注意してください。**海水を傷にかけ、毒を放出していない刺胞を洗い流す**とよいようです。
- ②皮膚に触手が残っている場合には、**ピンセットか割り箸などで取り除きます**。
- ③損傷部に**腫れ**がでているようであれば、**よく冷やしてください**。あまり**腫れが引かない**場合には市販の**抗ヒスタミン薬**や**ステロイド剤**の入った塗り薬などが用いられます。**ご購入の際は薬剤師にご相談ください**。また、**症状が激しい時は皮膚科を訪問して下さい**。

楽しい海で安全に過ごすために、万全の準備をしてから遊びに行っていかがでしょうか？

執筆薬剤師 椋澤慎太郎

116-4



おくすりQ&A ヨクイニンって？

漢方で言われるヨクイニンとは、イネ科のハトムギの種皮を除いた種子を乾燥したもののことです。ちなみに、「ハトムギ」という名前の由来は、ハトが好んでその実を食べることから来ているそうです。主に民間薬として、肌の疾患に使われていますが、漢方薬にも配合されています。その一つとして、薏仁湯（よくいにんとう）というのがあり、関節痛、関節炎、四肢疼痛、麻痺、運動障害に効果があるといわれています。

★何に使われるの？

ヨクイニンの有効成分としては、**脂肪酸**、**coixol**、**アミノ酸**、**ビタミンB₁**などが知られていて、全身の水分のめぐりをよくすることで、**むくみを軽減**したり、**内臓の化膿症**、**筋肉のけいれんによる痛み**などに用いられます。

また、**肌荒れ**や**イボ**に効果があると、耳にしたことはありませんか？古くから肌への効果は知られており、民間療法としてよく使われていました。

★イボの治療は？

イボは、その多くがウイルス性のもので子供に比較的多いようです。治療としては、イボを凍らせて焼き切ったり、切除する方法がありますが、痛みをとまったり、場合によっては跡が残ることもあります。飲み薬では、ヨクイニンのエキスを圧縮して作った錠剤があり、3ヶ月間をめに処方されています。

★健康食品としてのヨクイニン

最近では美肌効果が注目され、サプリメントや健康食品としても取り上げられています。今の時期ですと、お手軽にハトムギ茶として飲んでいただいてもよいと思います。その他にも、ハトムギをご飯と一緒に炊飯器で炊いて食べたりと、色々な摂り方があります。お茶や、ハトムギそのものなら、スーパーなどでも簡単に購入することができます。

イボや肌荒れで悩んでいるあなたも、ヨクイニンですすべお肌を目指してみたいかがですか？

執筆薬剤師 添石 遼平