

わたらの 健康とくすり

第118号



クマコケモモ（ツツジ科）

北半球の寒地に生える小型の木で、日本では見られません。写真はカナダのバンクーバーの公園の植え込みです。葉は学名の発音の通りウワウルシ（クマのブドウの意味）と呼ばれ、昔は煎じて淋病などの尿道殺菌薬として使われました。最近では成分のアルブチンに美白効果があるために化粧品に使われています。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2005年10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

118-2



疾患シリーズ

口腔アレルギー症候群

おいしい果物を食べたあとに唇が腫れたり、口の中が痒くなったりしたことはありませんか。リンゴや桃は自分にはあわないのだと思ってはいませんか。唇の腫れは自然に退いてゆきますのであまり気にしていないかもしれません。しかし、これは**口腔アレルギー症候群**と言い、ひどいときには喉の奥まで腫れて息苦しくなり、アナフィラキシーショックを起こすこともあります。

口腔アレルギー症候群は果物などが唇や、口腔粘膜に触れることで起こる蕁麻疹の一種です。接触蕁麻疹という概念に入る病態です。

好きな果物をいつも食べているからアレルギー反応を起こすようになったのでしょうか。食べたことのない果物は問題ないのでしょうか。残念ながら**初めて食べる果物でもアレルギー反応が起こることがあります**。

何故でしょうか。これには**交叉反応**と言う概念が関わってきます。アレルギー反応は特定の抗原（卵、牛乳、スギ花粉、蜂、薬など）に対して特異的に生じます。スギ花粉症では、シラカバ花粉のアレルギー反応（花粉症）は生じません。しかし、トマトを食べると口の中が痒くなるかもしれません。これは**スギ花粉とトマトの果肉**の構造に類似点（共通抗原）があるからです。これを**交叉反応**と言います。世の中には意外とこの交叉反応が多く見られます。口腔アレルギー症候群では**シラカバの花粉症**を持っていることがあります。**シラカバ花粉と果物（バラ科）やナッツの実**が交叉反応を起こすわけです。シラカバ花粉と交叉反応を起こす食物は**リンゴ、桃、サクランボ**などのバラ科果物、**クルミ、ピーナッツ**などのナッツ類が有名です。イネ科花粉、スギ花粉などでも同じような現象が知られていますし、ラテックスアレルギーと果物アレルギーにも交叉反応があります。

果物アレルギー検査は、**血液検査**や**皮膚反応**で行います。**血液検査で陰性でも皮膚反応（プリックテスト）では陽性になることが往々にしてあります**ので、**最終的には皮膚反応で判定します**。

治療は**食べないことが予防**になりますが、**抗ヒスタミン薬内服**である程度の予防効果は得られます。また、花粉が舞う季節には、しっかりと**マスクをする**などして**予防対策**をとることが大切です。

東京医科大学八王子医療センター皮膚科 長谷 哲男



ちょっとお耳を…… 温泉に入って元気になろう!!

いつの時代も私たちに、安らぎを与えてくれる温泉。そんな癒しの目的の他に、体調の崩れや体内リズムの乱れを整えたり、病気の療養をするために、今、温泉浴が見直されつつあるので、ここで紹介したいと思います。

*体内リズム（睡眠・運動・食事・自律神経・ホルモン分泌等）の正常化

温泉で最も注目され期待されているものは、連続温泉浴と温泉地への滞在による**体内リズムの修復効果**です。温泉浴という適度なストレスの連続刺激が加わった上で、温泉地で定期的に過ごすことにより、体内リズムの正常化が期待できるのです。仕事や家事に追われ、知らないうちに溜めていた**ストレスが体内リズムを歪め、体の抵抗力や免疫能を低下**させ、健康を損ねるリスクを高めています。本来の「昼は活動的、夜は静的」な体内リズムのパターンに順じた生活を温泉地で**3~4週間**続けることによって、体内リズムの**歪みを修復し正常に復帰**させることができます。

*温泉の持つ作用（保温作用、浮力作用、粘性、化学・薬理作用）

温泉から受ける体表面の熱に血行促進が加わることで、保温効果が長時間続きます。水道水より温熱効果がたいへん高いため、**血行障害、冷え性**を改善します。また、**血管の緊張**をほぐすので、高血圧の方には**血圧是正効果**が働きます。**代謝改善**や**痛みの軽減**にもつながります。

水より比重の大きい温泉では体が軽くなり、負担をかけない水中運動が可能になり、運動障害（脳血管障害の後遺症やリウマチ）のある人の**機能回復**に有効です。また、**粘性のある温泉**は、**手足の筋力アップ**にも有効です。消費カロリーも空気中に比べて増すので、糖尿病などの代謝疾患にも有効です。種々の化学物質が溶け出しているため、これが皮膚組織に浸入して温泉特有の効能を引き起こします。

温泉療養の効果は、**体内リズムの修復**という本質的な効果を前提とした上で、**保温、浮力、粘性、化学・薬理作用**の効果をプラスし結果が得られると言えるでしょう。

あなたも温泉浴で、夏バテで歪んだ体内リズムをリセットしてみてもは？



118-4



おくすりQ&A

高血圧治療薬とカルシウム

1. 血圧とは？

血圧とは心臓から送り出された血液が、血管の動脈壁に加える圧力のことです。心臓が収縮して血液を大動脈に押し出すときの血圧を**収縮期血圧**といい、最高値になります。そのあと心臓が拡張して血液が心臓に戻ってくるときの血圧を**拡張期血圧**といい、最低値になります。

2. 高血圧治療薬の種類は？

- ・ **Ca(カルシウム)拮抗薬**・・・血管を広げ、血流を改善します。
- ・ **ACE阻害薬**・・・昇圧物質アンギオテンシンⅡの生成を抑えて血圧を下げます。
- ・ **アンギオテンシンⅡ受容体拮抗薬**・・・アンギオテンシンⅡが受容体に作用して血圧を上げるのを妨げます。
- ・ **β遮断薬**・・・心臓のβ受容体を遮断して心臓の興奮を抑え、血圧を下げます。
- ・ **利尿薬**・・・体内の余分な水分を排出させて血圧を下げます。
- ・ **α遮断薬**・・・血管のα受容体を遮断して血管を広げ、血圧を下げます。
- ・ **αβ遮断薬**・・・α遮断薬とβ遮断薬の作用を合わせもちます。

高血圧の程度や合併症などの種類によって、これらの薬を組み合わせて服用します。

3. Ca拮抗薬とCa剤の併用は大丈夫？

Caは血管壁の細胞の中に入り、血管を収縮させます。血管が狭くなると血圧は上がります。Ca拮抗薬は、このCaが血管壁の細胞の中に入り込むのを妨げ、血管が収縮するのを防いで血圧を下げるのです。Ca拮抗薬は腸管や骨には作用しません。一方、Ca剤は腸管から吸収されて骨を形成します。だから、**Ca拮抗薬とCa剤はお互いに作用を打ち消しあうようなことはなく、併用しても特に問題はありません。**



また、適度にCaを摂取したほうが血圧も下がり、骨も丈夫になるといわれています。バランスのよい食事を心がけましょう。

*わたしの健康と薬、[第49号](#)では**高血圧治療薬の組み合わせについて**、[第58号](#)では**高血圧症の予防について**掲載されているので、参考にして下さい。

執筆薬剤師 西山 智子