

# わたしの 健康とくすり

## 第154号



今月の内容

- 消化吸収は脾胃が担う
- 舌の痛み
- OTC医薬品の販売方法

### トウガラシ（ナス科）

いろいろな料理に使われるので昔からあったように思われますが、コロンブスが南米から持ち帰って世界に知られるようになった植物です。日本では一年草ですが、熱帯では木になります。果実は香辛料として食欲増進効果があります。また、アルコールエキスは皮膚に塗ると血管を拡張する効果があるので、肩こりなどの塗布薬にします。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2008年10月発行

東京都八王子市館町1097 電話042-666-0931

茂木 徹

協力 八王子薬剤師会



# 疾患シリーズ

## 漢方連載

### ② 消化吸収は脾胃が担う

漢方医学の概念で五行説とは、森羅万象の変化を「木・火・土・金・水」で表現するものである。世の中の事象は五行に結び付けて分類され、季節は五季「春・夏・土用・秋・冬」、体の機能は五臓「肝・心・脾・肺・腎」と、五腑（六腑）「胆・小腸・胃・大腸・膀胱・（三焦）」であり、それぞれが密接に係わる。即ち、季節によって「からだ」の機能に重要度が異なる事を説き、これは現代医学の季節病の概念にも通じる。

漢方医学では消化吸収機能を行うのは五臓六腑の脾胃である。通常、脾と胃は表裏の関係にあり、脾胃と合わせて呼び場合が多い。五臓の脾は現代医学の消化吸収の機能を統括し、五腑の胃は水穀の消化を行う。古典医書の黄帝内経には「脾は肉を生ず」と述べ、飲食物の精気（栄養素）を全身に運び、筋肉はこの精気によって生成するとある。また、「脾は口に開孔する」と言い、脾の健康状態は口の中、口唇に現れると言う。脾の機能が正常ならば、唇は生き生きとし、光沢に富み、美しく見える。脾が異常になれば、口唇は青白く、艶を失う。また、脾は血を調整する働きがあり、脾の機能が充分でないと出血傾向が現れ、血便、月経過多や不正子宮出血を起すとある。更に、感情（怒、喜、思、悲、恐）とも密接な係わりがあり、とくに思（憂）は脾を損い、神経性胃炎の発症に連がる。症状には腹部膨満、腹鳴、下痢、消化不良、食欲不振などが現れ、腹診では胃部の痞え、圧痛、チャポチャポ感などを認める。また舌診では舌色、舌苔、舌辺縁の歯痕などから漢方薬を選択する。更に五臓六腑の相生や相克関係から心（小腸）、肺（大腸）、肝（胆）、腎（三焦）との係わりがあるか否かを考慮し漢方薬を選ぶ。

さて、漢方治療で行う場合、胃痛に安中散、胃もたれには半夏瀉心湯、胸やけには茯苓飲、吐き気には半夏厚朴湯、嘔吐には五苓散や小半夏加茯苓湯、急性胃炎には黄連解毒湯、黄連湯や平胃散、慢性胃炎には柴胡桂枝湯、四君子湯や小柴胡湯、胃潰瘍には六君子湯や四逆散、十二指腸潰瘍には柴胡桂枝湯、神経性胃炎には半夏瀉心湯、感冒性胃炎には香蘇散や参蘇飲、冷え腹には真武湯や当帰四逆加呉茱萸生姜湯、下痢には人参湯、五苓散、啓脾湯や柴苓湯、便秘には大黃甘草湯、潤腸湯、大黃牡丹皮湯や麻子仁丸、鼓腸には大建中湯、過敏性大腸症には桂枝加芍薬湯や小建中湯、食欲不振には補中益気湯、人参養榮湯や清暑益気湯などを用いる。



# ちょっとお耳を……

## 舌の痛み

「なんだか最近ずっと舌が痛くて気になる」とお悩みの方はいませんか？

今回は、**舌の見た目には異常がないのに慢性的な舌の痛み**を感じる病気のお話をしたいと思います。



### 舌の痛みを起こす原因

舌の見た目には異常がないのに慢性的な舌の痛みを感じる病気は、「舌痛症」と呼ばれています。原因は十分に解明されていませんが、**カンジダ菌（真菌類）の感染・亜鉛不足・ストレスなど精神的な問題**などが原因といわれています。舌痛症はまじめで几帳面な性格の中年以降の女性に多く見られます。



### カンジダ菌の感染

近年、口腔乾燥症の患者さんが増えており、口の中にカンジダ菌が増え、カンジダ症を併発し、舌が痛くなるということがよくあります。カンジダ菌が原因ならば殺菌作用のあるうがい薬などを使うと数日で痛みは改善します。



### 亜鉛不足

亜鉛が少ないと舌の痛みだけでなく、味がわからなくなる味覚障害が起きることがあります。そのような時は、亜鉛の多い食品（牡蠣、アーモンド、緑茶など）やサプリメントで補うようにしましょう。



### ストレス

ストレスなど精神的なことで発症する場合があります。この場合、抗うつ薬・抗不安薬などの安定剤で改善することがあります。

また、舌の痛みには「舌がん」という見逃せない病気が潜んでいることもあります。

舌は「**全身の鏡**」とも言われ、**心身の健康状態が反映されやすい場所**です。舌の痛みにお悩みの方は、一度口腔外科または内科への受診をお勧めします。



## おくすりQ&A

### 変わるOTC医薬品の販売方法

Q. OTC医薬品の販売方法が変わると聞きましたが、どうなるのでしょうか？

A. OTC医薬品も医療用のお薬と同じように副作用（リスク）が起こることがあります。そのため、OTC医薬品をリスクの程度により3つに分類して、その分類に応じて情報提供や、アドバイスが行われます。またOTC医薬品を購入する人も、外箱の表記や、陳列棚への配置方法からリスク分類がわかるようになります。

以下に商品名をあげて分類を示します。

表. リスク分類と商品例

| リスク分類                  | 商品例                                |
|------------------------|------------------------------------|
| 第1類医薬品<br>(特にリスクが高いもの) | ガスター10・ザジテン・リアップ・<br>ウィンダム・ニコレットなど |
| 第2類医薬品<br>(比較的风险が高いもの) | バファリン・新ルルA錠・葛根湯・<br>パテックスID・正露丸など  |
| 第3類医薬品<br>(比較的风险が低いもの) | ピオフェルミン・ワセリン・<br>ビタミンC・消毒用エタノールなど  |

**第1類医薬品**は、特にリスクが高く注意が必要であるため、薬剤師による口頭説明や文書による説明が義務付けられ、薬剤師でなければ販売することができません。

**第2類医薬品**は、比較的风险が高いものなので、口頭説明や文書による説明を出来る限りさせていただきます。薬剤師以外に登録販売者\*でも、販売することができます。

**第3類医薬品**は、それ以外の医薬品であり、必要に応じて口頭説明や文書による説明をさせていただきます。

私たち薬剤師は、皆さんとの会話を通じて要望にあったお薬をしっかり選び、その使い方、作用や副作用の説明、副作用が起こった時の相談窓口などの案内をさせていただきます。

どの分類のお薬についてもお悩みのことがありましたら、私たち薬剤師にお気軽にご相談下さい。

※都道府県が実施した医薬品の作用・飲み合わせ・リスクに関する知識を確認する試験に合格して許可を受けた専門家