

おくすりQ&A

トローチのカロリーを教えてください

風邪の初期や予防、のどに炎症が起きているときなどに、トローチがよく用いられます。トローチの主な効果は、炎症や創傷、潰瘍などを起こしている口腔内粘膜が口腔内の常在菌により二次感染を起こすことを予防し、炎症の悪化を防止することです。



Q. 医療用医薬品のトローチはどんなものがありますか？

A. 現在、医療用医薬品として販売されている主なトローチは、以下の通りです。

分類	成分名	商品名
抗菌薬	テトラサイクリン塩酸塩	アクロマイシントローチ
抗真菌薬	クロトリマゾール	エンベシドトローチ
殺菌消毒薬	デカリニウム塩化物	SPトローチ、ノードマントローチ
	ドミフェン臭化物	オラドールトローチ
	セチルピリジニウム塩化物水和物	スプロールトローチ

代表的なトローチ剤である**SPトローチ**には、有効性が文献にも明確に示されています。

急性扁桃炎患者52人を対象にSPトローチ単独投与の効果を検討したところ、著効4人、有効35人、無効13人で、有効率（著効と有効の合計）は75%⁽¹⁾と報告されています。また、23人に対して咽頭痛、咽頭異物感、咽頭乾燥感のSPトローチによる改善を検討したところ、改善率は83.1%⁽²⁾という報告もあります。

参考文献：(1)「診療と新薬」1976 (2)「新薬と臨床」1975

Q. トローチにもカロリーはありますか？

A. 糖尿病などのために食事制限を行っている患者にとっては、たとえトローチであっても、摂取カロリーは気になる場所ですね。主なトローチの糖分およびカロリーを、表にまとめました。

商品名	糖分	1錠中のカロリー	1日あたりの使用回数	1日あたりの摂取カロリー
SPトローチ	白糖、D マンニトール	5.0kcal	6回	30.0kcal
アクロマイシントローチ	精製白糖	5.5kcal	3～6回	16.5～33.0kcal
スプロールトローチ	精製白糖	2.7kcal	3～4回	8.1～10.8kcal

1錠あたりに含まれるカロリーはわずかですが、使用期間や1日の使用回数を考慮すると、摂取する総カロリーは無視できません。例えば**SPトローチの場合、1日6錠で30kcal、これを5日間使用すると150kcal**摂取することになります。カロリーを気にしている方は参考にしてください。

執筆薬剤師 高見 麻里

わたらの健康とくすり

第217号



今月の内容

- 慢性閉塞性肺疾患（COPD）の診断は？
- ノロウイルスに負けないために
- トローチのカロリーを教えてください

ホウライアオキ（キョウチクトウ科）

中国南部、台湾、ベトナムに分布する常緑の低木で、高さは1～3mほどです。日本では温室で栽培されます。葉と果実が何となくアオキ（ミズキ科）に似ていますが、アオキが小さな暗褐色の花なのに対して、こちらは筒形で先が5裂する純白の花を付けます。果実は緑から赤を経て、熟すと暗紫色に変わります。根に血圧を下げる成分を含み、高血圧の薬にします。

写真・文 指田 豊

2014年2月発行

発行者 八王子薬剤センター 茂木 徹

東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

COPDの診断は？

COPDの症状は一般に軽い咳や痰から始まり、かなり進行し運動時の息切れが出現してから初めて病院を受診される方が多いですが、息切れを自覚する前から肺の機能の低下が始まっています。**40歳以上でタバコを吸っているか、または吸ったことがあり、風邪でもないのに咳や痰がある場合には、COPDの可能性があります。**

COPDは呼吸器の疾患だから、毎年健康診断で胸部レントゲンを受けているので心配ないと思われるかもしれませんが、しかし、重症化しない限り胸部レントゲンでは診断できず、息切れのないCOPD患者が健康診断を受けても、「COPDの疑いあり」と判定されることはほとんどありません。ただし、胸部CTでは気腫型のCOPDを早期に診断できる可能性があります。

近年、動脈血の酸素量を反映する酸素飽和度を、指先にはめるだけで容易に測定できる「**パルスオキシメーター**」という機器が比較的安価で販売されています。病院を受診した時に酸素飽和度を測定した患者さんも多いと思いますが、**COPD患者でもかなり進行しないと安静時の酸素飽和度は低下しません。**

COPDを評価するため、肺がどのくらいの量の空気を吸い込むことができるか、どのくらいの速さで吐き出すことができるかを調べる「**スパイロメトリー**」という検査が大切です。最も多く息を吸った状態から最大努力で1秒間に吐ける量を1秒量、全部吐き出した量を努力性肺活量といいます。**努力性肺活量**に対する1秒量の割合を1秒率といい、COPDでは1秒率が70%未満になります。つまり、**COPDは息が吐きづらくなる**ことを意味しています。スパイロメトリーは最大努力で測定することが大切であり、半分の力で測定すれば努力性肺活量も1秒量も半分の値になってしまいます。また、スパイロメトリーの結果から肺年齢が算出され、日常生活において息切れを感じないCOPD患者では、肺年齢が実年齢より30歳以上上回っている方も多くいます。

★次回からは2回にわたって、COPDの治療について解説します。

■スパイロメトリー



■見た目ではわからない肺年齢



東京医科大学 八王子医療センター 呼吸器内科 一和多 俊男

ちょっとお耳を…… ノロウイルスに負けないために

■ノロウイルスはどのように感染するの？

食中毒の約7割は11月～2月に発生し、この時期に感染性胃腸炎が集団発生した例の多くはノロウイルスによるものと考えられます。ノロウイルスは、**ほとんどが口から体内へ侵入(経口感染)**します。具体的な感染経路には以下のものがあります。

食中毒	汚染された二枚貝(カキ、アサリなど)を生あるいは十分に加熱調理せずに摂取 ウイルスに感染している食品製造・調理にかかわる者が食品を汚染し、その食品を摂取 汚染された井戸水や簡易水道を十分に消毒せずに摂取
二次感染	感染者の吐しゃ物や糞便(大量のウイルスが含まれるもの)から手などを介して感染 家族間など、人から人への飛沫(咳、くしゃみなど)による感染

■潜伏期間・感染したときの症状は？

潜伏期間(感染から発症まで)	24～48時間(1～2日)
主な症状	吐き気、嘔吐、下痢、腹痛
経過	症状は1～2日続いた後、自然に治癒する。後遺症はない

このように、健康な方は比較的短期間で治癒し、経過も良好です。しかし、子どもやお年寄りなどでは重症化したり、吐しゃ物を気道に詰まらせて死亡することがあるため、油断は禁物です。

■予防法は？

- ①十分な手洗い：**自分が感染しないためであり、他人にうつさないため**にもとても簡単で有効な方法です。
- ②十分な加熱：ノロウイルスは**85℃以上で1分間以上の加熱**をすると感染性を失うため、調理器具や食品を加熱することも有効です。
- ③正しい消毒：**感染者が触れた箇所や吐しゃ物などは次亜塩素酸ナトリウムで消毒**することが有効です。

<処理方法>

- ・**手袋・マスク**を使用し、直接触れないように注意して汚染物をビニール袋に入れて密封します。
- ・作業後は十分に手洗いを行うことを忘れずに。
- ・**次亜塩素酸ナトリウム4～6%を含む製品(キッチンハイター、ピューラックス等)**を用いてウイルスが付着しているものを消毒します。

寒い冬後半戦になりましたが、まだノロウイルスの危険は続いています。感染力の強いノロウイルスに負けないように、正しい対策をとりましょう。



執筆薬剤師 小島 絵美