

おくすり Q&A 痔の治療薬にはどのようなものがありますか？

日本人の3人に1人が痔を患っていると言われていて、痔という病気は世界で見れば非常にポピュラーな病気ではありますが、日本の場合は国民性なのか受診することを恥ずかしく感じてしまい、受診する頃には重症化していることが多いと言われています。今回はあまり人には聞けない痔の薬について解説したいと思います。

Q. そもそも痔とはどんな病気ですか？

A. 痔とは、**肛門や肛門周辺に起こる病気の総称**で、痔の代表的な病気には、**痔核（いぼ痔）、裂肛（切れ痔）、痔瘻**の3つの種類があります。

痔核（いぼ痔）	おしりの血行が悪くなり、血管の一部がこぶ状になった状態。痔核は直腸側にできた場合は 内痔核 、肛門側にできた場合は 外痔核 に分けられます。
裂肛（切れ痔）	肛門の皮膚が切れたり裂けたりした状態。
痔瘻	肛門の周りに膿がたまって、外に流れ出るトンネルができた状態。

痔になる主な原因としては、便秘や下痢、排便時のいきみ、長時間座っていることなどがあげられます。

Q. どのような治療薬がありますか？

A. 痔の治療薬は痔の種類や症状の段階によって治療法が違います。内服薬、外用薬またはその両方を使うことがあり、市販でも購入することができます。




Q. 内服薬にはどのようなものがありますか？

A. 肛門の周囲や内部の血流を改善して痔核による出血、痛み、かゆみなどを改善する薬があります。又、便秘が原因の痔に対しては便を柔らかくする薬なども使われます。



Q. 外用薬にはどのようなものがありますか？

A. **軟膏**や**坐薬**、**注入軟膏**があり、症状によって使い分けます。

軟膏		肛門の外側や、肛門付近の痔に使います。
坐薬		内痔核などの肛門の内側の痔に使います。
注入軟膏		肛門の中に塗ることができる軟膏で、肛門の外側や内側の両方の痔に使います。

1つの外用薬に数種類の成分を配合している物が多く、炎症を抑えるためのステロイドや創傷治療・止血作用・二次感染防止・鎮痛作用のある成分が配合されています。ステロイドが配合されている薬は一般的に高い抗炎症効果がありますが、長期使用すると真菌（カビ、タムシ等）感染に注意が必要になりますので、医師の指示した使用期間・使用方法をしっかりと守って使用してください。外用薬を塗るタイミングとしては、排便後や入浴後、寝る前に使用すると効果的です。

新型コロナウイルス感染拡大防止のために家にいる時間が多くなり椅子に座る時間が長くなっている方もいらっしゃると思います。同じ姿勢をずっと続けていると肛門がうっ血しやすく痔につながる可能性もありますので適度に体を動かすことをお勧めします。

執筆薬剤師 野路 裕輝

わたしの 健康とくすり

第314号



撮影／薮下 健太郎

今月の内容

- ・疾患シリーズ 肝炎について：急性肝炎・劇症肝炎の治療《連載・第6回目》
- ・ちょっとお耳を…… 話題の健康食品“オートミール”をご存知ですか？
- ・おくすり Q & A 痔の治療薬にはどのようなものがありますか？

2022年3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

肝炎について：急性肝炎・劇症肝炎の治療

第6回目は、急性肝炎と劇症肝炎の治療について解説します。急性肝炎の場合の治療は、自然に治る傾向もあるため、安静にして食事の蛋白質を制限し、肝臓に負担をかけないようにすることが基本的な治療です。しかしながら劇症肝炎などの肝不全に至ってしまった場合には、肝臓は萎縮し、本来の肝臓の機能を失ってしまいます。そのため、浮腫（浮腫み）や黄疸、腹水、意識障害（肝性脳症）、出血傾向（凝固因子の産生低下による）などの多くの症状が見られるようになります。治療は絶対安静を基本とし、それぞれの症状に合わせた治療と、肝臓そのものに対する治療を行います。意識障害（肝性脳症）に対する治療（図1）をはじめ、合併症として生じる臓器障害も含め、命を救うために様々な治療が行われます（図2）。肝不全という病態は、慢性肝炎から肝硬変症や肝癌となってしまう後でも起こる病態です。適切な時期に適切な治療を受けるためには、肝臓の病気を診断されたらしっかりと経過を把握しておきましょう。

意識障害（肝性脳症）に対する治療（図1）

誘因の除去		薬物療法		
低蛋白食	合成二糖類	腸管非吸収性抗菌薬	アミノ酸製剤	
	<ul style="list-style-type: none"> ラクツロース ラクチトール 	<ul style="list-style-type: none"> カナマイシン ポリミキシンB リファキシミン 	<ul style="list-style-type: none"> アミノレバン® モリヘパミン® リーバクト® 	
<ul style="list-style-type: none"> 蛋白質の摂取量を減らし体内でアンモニア産出を抑える 長期にわたって行うことは避ける 	<ul style="list-style-type: none"> 便秘を改善させる 腸管内のpHを下げアンモニウムの産出・吸収を抑制する 経口または注腸にて投与する 	<ul style="list-style-type: none"> 腸内細菌を減少させアンモニア産出を抑制する 長期投与では副作用に注意する 	<ul style="list-style-type: none"> 筋肉でのアンモニア代謝を促進する 芳香族アミノ酸(AAA)の脳内への移行を阻害する 	

劇症肝炎では、全身管理のもとで次のように治療を組み合わせで行います（図2）

全身管理	成因に対する治療	合併症対策	特殊療法
<ul style="list-style-type: none"> 絶対安静 中心静脈栄養管理 輸液管理（アミノ酸を含まないブドウ糖主体の輸液） 呼吸・循環管理 	<ul style="list-style-type: none"> 原因に合わせた治療 - B型肝炎 - 自己免疫性肝炎 - 薬物性肝障害 	<ul style="list-style-type: none"> 以下の合併症への対策 - 肝性脳症 - 脳浮腫 - 低血糖 - 腎不全 - 感染症 - 消化管出血 - 血液凝固線溶異常 	<ul style="list-style-type: none"> 血液浄化療法（人工肝補助療法など） 免疫抑制療法（シクロスポリン、ステロイドパルス療法） 抗凝固療法 肝移植

次回は、慢性B型肝炎の治療について解説します。

ちょっとお耳を……

話題の健康食品“オートミール”をご存知ですか？

● オートミールってなに？

オート麦（日本語名：えん麦）という穀物を加工した食品で、ヨーロッパやアメリカでは昔から食されています。穀物は外皮、胚芽、胚乳から成っていて、外皮には食物繊維、胚芽にはミネラル、ビタミン、脂質、胚乳にはデンプンやタンパク質が含まれています。オートミールはオート麦の全て（外皮、胚芽、胚乳）を使用して加工しており、食物繊維やミネラル、タンパク質などの栄養素が豊富です。ちなみに、白米や小麦粉は外皮、胚芽を取り除いて精白したものです。

【可食部 100g あたりの食物繊維成分表（単位：g）】

食品名	水溶性食物繊維	不溶性食物繊維	食物繊維総量
えん麦 オートミール	3.2	6.2	9.4
小麦〔パン類〕角形食パン	0.4	1.9	2.2
小麦〔パン類〕全粒粉パン	0.9	3.6	4.5
小麦〔うどん・そうめん類〕干しうどん（乾）	0.6	1.8	2.4
米〔水稲めし〕玄米	0.2	1.2	1.4
米〔水稲めし〕精白米	0	0.3	0.3
そば 干しそば（乾）	1.6	2.1	3.7

日本食品標準成分表2020年版（八訂）炭水化物成分表 編

● 食物繊維の種類と特徴

食物繊維は水に溶ける「水溶性」と水に溶けない「不溶性」の2種類に分類されます。水溶性食物繊維は糖分の吸収スピードを緩やかにする作用や腸内で善玉菌のエサとなり腸内環境を整える作用があります。一方、不溶性食物繊維は水分を吸収して膨らみ、大腸を刺激して排便を促したり、便のかさを増やして排便をスムーズにしたりする作用があります。

● 水溶性食物繊維の一種「β-グルカン」に注目！

オート麦は健康によいと知られていますが、欧米ではLDL（悪玉）コレステロール低下作用について多くの研究が行われています。オート麦に多く含まれる水溶性食物繊維の一種「β-グルカン」には腸内の消化物の粘度を高める性質があり、糖質や脂質の吸収を遅らせてLDLコレステロール値を低下させると考えられています。1997年に米国食品医薬品局においてオート麦の「心疾患のリスク低減」の健康強調表示が許可され、その後ヨーロッパやカナダでも許可されました。日本人を対象とした研究では、オートミール粥1日60g（β-グルカン2.1g）を摂取すると総コレステロール値が下がると報告されています。またコレステロール低下作用だけでなく、血糖値の上昇抑制作用や血圧低下作用、排便促進作用なども欧米を中心に報告されています。

● オートミールの調理方法は？

水や牛乳で軽く煮て粥にしたり、シリアルとして食べたりします。既製品のシリアルに混ぜるのもよいでしょう。パンやクッキー、ケーキの生地に混ぜるのもおすすめです。

オートミールは栄養素が豊富で、日本人に不足しがちな食物繊維を手軽に摂取することができます。もちろん食べ過ぎや偏った摂取はよくありませんし、体質に合わない場合もあります。バランスよい食事を心掛けて健康維持に努めましょう。