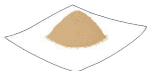


粉薬の漢方はエキス剤と呼ばれ、煎じ薬(*)を濃縮、乾燥、粉末化したものです。このエキス剤の服用方法は通常「食前・食間の空腹時に水または白湯」で飲みます。漢方独特のにおいや味に飲みにくさを感じる方もいらっしゃるかと思います。今回は漢方エキス剤の飲みにくい場合の対処方法について解説していきます。

(*)：煎じ薬…天然の薬効成分を持った生薬を刻んで煮込み、成分を抽出する服用方法を持つ漢方薬



① 顆粒のざらざらが気になる場合

▶ お湯に溶かして飲む

お湯に溶かすことで顆粒が溶け、顆粒のざらざら感が緩和されます。またお湯に溶かすことで特有のにおいや味を楽しめるケースもあります。

▶ お湯が用意できない

忙しくて時間がない、また出先でお湯が用意できず水で服用する際のポイントは、「あらかじめ水を口に含んだ状態で、後から漢方薬を飲み込む」ことです。こうすることで口に残りづらくなります。



② 味やおいが気になる場合

▶ オブラートを使って飲む

オブラートに包むことで味やおいをカバーできます。また口の中に貼りつくことも防ぐことができます。

(コップの場合)

少量の水を入れたコップに漢方薬を包んだオブラートを入れ、10秒程度ゆっくり揺らすと中のオブラートがゼリー状になるので、コップ内の水と一緒に飲みます。



(スプーンの場合)

漢方薬を包んだオブラートをスプーンにのせて水を加え、そのまま飲み込みます。

ツムラ HP ツムラ MEDICAL SITE 「知っておきたい漢方薬のこと」より作成



ひとことに漢方エキス剤といっても各生薬の組み合わせはたくさんあり、味やおいもそれぞれ異なります。飲みにくさを感じている場合、今回紹介した方法を取り入れてみるのはいかがでしょうか？

執筆薬剤師 中島 千春

わたしの 健康とくすり

第315号



撮影／加藤 哲教

今月の内容

- ・ 疾患シリーズ 肝炎について：慢性肝炎の治療（B型肝炎）
《連載・第7回目》
- ・ ちょっとお耳を…… 帯状疱疹について
- ・ おくすり Q & A 病院で処方してもらった漢方の粉薬が飲みにくいです。なにかいい服用方法がありますか？

2022年4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：慢性肝炎の治療（B型肝炎）

第7回目は、慢性肝炎の中でもB型肝炎に対する治療について解説します。慢性B型肝炎の状態は、現在感染している状態（**現感染**）と過去に感染したが完治した状態（**既感染**）、そしてそのどちらでもない経過観察が必要な状態（**キャリア**）の3つの状態があります。その中で治療が必要なのは**現感染**の場合です。慢性B型肝炎は、未だに完治させることが難しい病気のため、現在も様々な薬剤が開発され、治験が行われています。現在、B型肝炎の治療には、大きく分けて注射と飲み薬の2種類があります。

【注射での治療】

皮下注射薬：インターフェロン（IFN）製剤 / Peg（ペグ）-IFN 製剤

- 週1～3回投与が必要
- 副作用がある
- 48週以上の投与（治療期間）
- 肝硬変の人には使用できない

【飲み薬の治療】

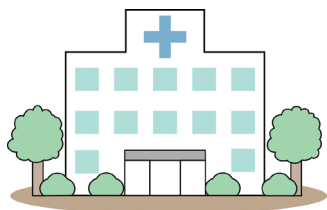
飲み薬：核酸アナログ製剤（抗ウイルス剤）等

- 長期（生涯）の継続投与が必要
- 副作用はほとんどみられない

また古典的な方法として、**肝庇護（かんひご）薬**と言われる肝臓の炎症を抑える**ウルソやグリチルリチン製剤**を飲み続けることもあります。このように慢性B型肝炎は、長期にわたって治療を必要とし、完治させることも難しい病気です。そのため根本的な対策として**ワクチン**を接種し、B型肝炎にならないように予防することもとても重要です。



次回はシリーズ最後、慢性C型肝炎の治療について解説します。



東京医科大学八王子医療センター
消化器内科 中村 洋典

ちょっとお耳を……

带状疱疹について

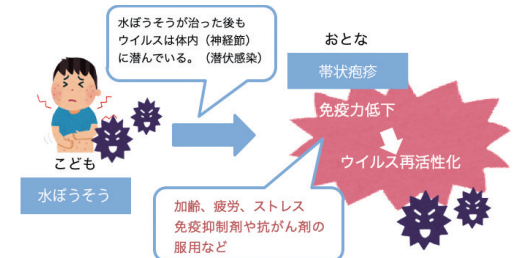
带状疱疹ってどんな病気？

・症状

身体の左右どちらか一方に、**ピリピリと刺すような痛み**、**赤い斑点**や**水ぶくれ**が帯状に現れます。症状の多くは上半身に発症します。また、顔、特に目の周辺も発症しやすい部位です。

・どうして带状疱疹になるの？

子どもの時に感染した水ぼうそうのウイルスが原因となります。水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内（神経節）に潜んでいて、**免疫力が低下**するとウイルスが再び活動を始め、带状疱疹として発症します。



子どものころ水ぼうそうになっていなければ带状疱疹にならないということ？ 私、水ぼうそうになったことあるのかしら。



水ぼうそうになったことのない人は、带状疱疹になることはありません。しかし、日本人成人の**9割以上**は、水痘・带状疱疹ウイルスに対する抗体を持っています。抗体があるということは、そのウイルスが体内にはいることがあると考えられます。そのため、多くの人が带状疱疹を発症する可能性があります。

皮膚症状が治ったのに、痛い！

・合併症 带状疱疹後神経痛（PHN）について

神経が損傷されることで、皮膚の症状が治った後も痛みが残り、その痛みが3か月以上続くことがあります。これを**带状疱疹後神経痛（PHN）**といいます。PHNは、**焼けるような、締め付けるような持続性の痛み**や、**ズキンズキンとする痛み**が特徴です。PHNは、高齢者や皮膚症状が重症である人がなりやすいといわれています。50歳以上で带状疱疹を発症した人のうち、約2割がPHNになるといわれています。

・带状疱疹の予防

带状疱疹は免疫力が低下することで発症します。带状疱疹を予防するには、**食事のバランス**を考える、**睡眠**をきちんととるなど、日頃から**体調管理を心がける**ことが大切です。また、50歳以上の方は、**ワクチン接種**で予防することができます。带状疱疹ワクチン接種については、医師にご相談ください。

執筆実務実習生 鈴木 真琴（監修薬剤師 田中 晴美）