

「薬とうまく付き合う法」

最近では年齢にかかわらず薬を飲むことがふえてきます。風邪で病院へ行くと、解熱剤、胃腸剤、鎮咳薬（咳止め）、抗生物質、去痰剤（痰を出す薬）、抗アレルギー薬、などなど、多い人は10種類以上もの薬を処方されます。昔の医者は、風邪にはアスピリンと胃腸薬くらいのものでした。なぜ最近の医者はこれほど迄に多くの薬を出す様になったのでしょうか。これは、医者側の言い分だけではない様です。患者の中には、薬を希望する意識があることも否定できません。例えば、病院で診察を受けたとき、「今日は薬は必要ありませんよ」という医者よりも、薬を処方してくれる医者の方がより親切で信頼がおける様に感じたりはしませんか。患者にとって本当に大切なことは、「必要な薬を必要な期間」服用することです。

そこで、薬について少しばかり説明します。まず、病院では処方箋がないと薬を貰うことができません。医者は診断して病名が決まったら、それに必要な薬を処方します。医者は診断と治療の専門家ですが薬の専門家ではありません。自分で処方箋に書いた薬の実物をすべて見た事があるとは限りません。処方箋には、（1）一日にどれだけの量を服用するか、（2）一日量を何回に別けて飲むか、（3）何日分処方するか、などが記載されています。昔はこの処方箋を患者が薬局まで運んだものですが、最近では、大きな病院は電子カルテになって、診察室の医者の机上のコンピューターから、直接薬局に送られる仕組みになっています。その処方箋を受けて、実際に薬を患者に渡すのは薬剤師の仕事です。

薬には少なくとも二つの名前があります。一般名と商品名です。一般名は、同じ成分にはすべて全て同じ名前がついています。商品名は、同じ成分でも会社毎に違う名前です。例えば、精神安定剤のジアゼパム（一般名）は、会社毎に、セルシオン、ホリゾンなどの異なる商品名があります。それぞれの錠剤の色も会社毎に異なります。

私が病院の薬局に勤めていた50年前には、粉末の薬を天秤で計って、薬包紙に包み、袋に入れて患者に渡すのが仕事でした。しかし、今では、殆どの薬はカプセル剤や錠剤になっていて、一つずつシートに入っています。錠剤の色は、国により決められています。それ以外の色を勝手に使うと薬事法違反になります。したがって、同じ色の錠剤でも違う薬のものは多くあり、色で薬を判別するのは出来ません。その場合、シートの裏側に商品名と含量が印刷してありますので、それで判別します。自分が受け取った薬に疑問があるときは、窓口で十分に納得するまで薬剤師に尋ねてください。ただし、自分の薬を見せないで、「白い大きな薬」といっても薬剤師は判別出来ません。質問があるときは商品名を覚えて下さい。皆さんが日常使っている常用薬の名前と、一錠に含まれる含量を手帳に書いておくと便利です。

次は「ジェネリック医薬品」の話です。最近テレビや新聞などで大きく宣伝されています。一般に、製薬会社で製造し、市販されている多くの新薬は、国で承認されてから20年間は特許で保護されています。つまり、この期間は、他の製薬会社で勝手に同じものを製造して販売することはできません。そのため、20年目の特許切れを待って、より安価に製造し、販売するのが「ジェネ

リック医薬品」です。この種の医薬品は、先発品に関する研究や開発の情報を利用するので、先発品に比べてはるかに少ない経費で出来上がるため、特許が切れた新薬（先発品）に比べて安い値段で市場に出回っています。しかし、現在のところ、市場での流通性は先発品よりはるかに遅れており、すべての病院や調剤薬局に常備しているとは限りません。

現在市場に流通している「ジェネリック」以外の医薬品は、成分別に分類するとおよそ3000種類あります。さらに、同じ成分でも含有量の違う製品、内服薬、外用剤（貼付剤、軟膏など）といった剤形の違う医薬品を総計すると、約10000品目にも達します。したがって、大きい薬局でもせいぜい2000品目の在庫が限度です。そこに同じ成分の同じ剤形の「ジェネリック医薬品」を取り扱っていると、市場に流通している医薬品の種類は数倍になり、とても在庫管理ができない状態になります。したがって、これ迄使われてきた新薬（先発品）が優位に在庫されるため、「ジェネリック医薬品」を入手するためには1-2日かかることとなります。これがこの種の薬を使うときの欠点です。

「薬についての質問」

質問：薬を飲む時間は正確に決められていますか。

回答：多くの薬は一日3回、食後30分服用となっていますが、もし朝食または昼食（または夕食）を取らない場合でも、その時間になったら一日3回は飲んだ方がよいです。これにより、治療に必要な薬の血中濃度が保たれて効き目が持続します。また、食前服用の薬は、食後ではなく食前に飲まなければ効果がありません。例えば、糖尿病治療薬の α -グルコシダーゼ阻害薬のアカルボース（商品名：グルコバイ（バイエル社）、ベイスンOD（武田薬品）は、食事から摂取される糖分の吸収を、予め薬を投与して遅らせる作用があります。したがって、食後服用では効果がありません。不安なときは医師や薬剤師と相談して下さい。

質問：薬には使用期限があるのでしょうか。

回答：あります。最近の薬には有効期限が書いてあります。出来るだけ、直射日光のあたるところや湿気の多いところは避けた方がよいです。家庭の冷蔵庫など冷暗所が最もよいですが、この場合は食品とはっきり区別出来る様にして下さい。病院では、薬によって処方出来る期限（最大30日分、90日分など）が決められていますので、その範囲でしたら、受け取るときに特別注意がない限り、一般家庭の普通の部屋で大丈夫です。

質問：薬をアルコール飲料と一緒に飲んではいけませんか。

回答：絶対に避けるべきです。アルコールは血管を拡張するので血液の流れが速くなり、最高血中濃度に達する時間が予想以上に早くなります。一般に、多くの薬は胃からの吸収が少ないのですが、アルコールは胃から吸収されますので、アルコールと一緒に胃からの吸収が促進されます。また、アルコールは脳に作用しますので、トランキライザーや催眠薬などをアルコールと一緒に飲むと、作用が増強され、場合によっては薬の毒性が出ます。

質問：薬は水で飲まないで駄目ですか。

回答：水かぬるま湯がよいです。もし、手元がないときは、お茶、湯ざまし、コーヒー、ジュースなど何でもよいです。ただし、血圧降下薬のカルシウム拮抗薬（商品名：アムロジン（大日本住友）、ペルジピン（アステラス）、アダラート（バイエル）他多数）やアレルギー性鼻炎などに用いられるテルフェナジンは、グレープフルーツジュースでは飲まない方がよいです。このジュースの中の成分がこの種の薬の代謝を阻害するので、効果が増強され、その結果副作用（カルシウム拮抗薬：動悸、吐き気、血圧低下；テルフェナジン：眠気、肝臓障害）がみられることがあります。また、貧血治療薬の鉄剤は、お茶と結合して効果が弱まりますので、お茶では飲まない方がよいです。

質問：一日一回服用する薬は、何時に飲んだらよいですか。

回答：同じ薬でも、昔は一日3回服用だったものが、最近では一日1回でよい錠剤またはカプセル剤が増えています。この様な剤形を一般に「徐放剤」といいます。錠剤またはカプセル剤の材質を改良することにより、同じ薬でも、錠剤から徐々に放出されて、必要な血中濃度を長時間維持する様に工夫されたものです。したがって、一日1回の薬は、24時間間隔で、毎日ほぼ同じ時間に飲む様にすれば、有効血中濃度を保つことが出来ます。もし、1回忘れて飲まなければ、初回のとくと同じく、必要な血中濃度に達するまで時間がかかります。

質問：胃の薬を飲むとのどが渇くのはどうしてですか。

回答：この種の薬の中には、胃液の分泌を抑制する成分、「抗コリン薬」が含まれていることがあります。この薬は胃液と同時に唾液の分泌も抑えますのでのどが渇くことがあります。しかし心配はいりません。時間が経つと正常に戻ります。

質問：薬に付いている添付文書の中で使われている「まれに」と「ときに」の違いを教えてください。

回答：「添付文書」には、薬の効能、副作用など、その薬に関する情報が書かれています。その中で、副作用の発現頻度などについて、「まれに」とか「ときに」の表現があります。これらには、国で決められた定義があり、「まれに」は「0.1%未満」、「ときに」は「0.1-5%」を意味します。例えば、薬を飲んだときに現れる発疹の頻度について、「ときに発疹が起こることがある」という表現は、「0.1-5%」の割合で、つまり、「同じ薬を飲んだ患者の200人から1000人に一人」の割合で発疹がおこることがあることを意味します。なお「添付文書」は本来、医師、歯科医師、薬剤師、看護師など医療従事者のために作成されたものですので、その中で使われている用語は専門的な用語が多いです。「添付文書」に代わる一般向けとして、最近では「薬のしおり」が薬局から広く出されています。