

# まちのくすりやさん 第74号

今回のおはなし

「市販軟膏の使い方」

「だみ声の原因はタバコ」

「お酒」



## 市販軟膏の使い方

虫刺され、やけど、あせも、水虫など皮膚のトラブルの時、薬局で軟膏やクリームなどの外用薬を求める機会は少なくありません。有効成分がさまざま、どちらを選ぶか迷うとよく聞かれます。数多い軟膏から、症状に合ったものを選び、正しく使うポイントをご紹介します。

皮膚のトラブルは、かぶれやかゆみ、炎症など、さまざまな症状が複雑に絡んでいるため、トラブルの特徴を念頭に薬を選ぶ必要があります。

《軟膏の主な成分と適応する症状》

適応例	種類	代表的な成分
痒み、湿疹、かぶれ	抗ヒスタミン薬	ジフェンヒドラミン クロルフェニラミン
とびひ、化膿止め、やけど	抗菌薬	オキシテトラサイクリン フラジオマイシン
水虫やカンジダ症	抗真菌薬	テルビナフィン クロトリマゾール
口唇ヘルペス	抗ウイルス薬	アシクロビル
炎症、腫れ、かゆみ	ステロイド剤	ヒドロコルチゾン プレドニゾン
炎症、腫れ	非ステロイド剤	ウフェナマート

特に注意が必要なのは、ステロイド剤です。ステロイド剤は炎症や免疫作用を抑える効果が高いため多用されやすいです。ですが、免疫力が下がると、皮膚が菌に感染しやすい状態になります。虫刺されややけどの腫れを抑えるために、ステロイドを単独で使うと、逆に悪化や化膿することがあります。市販のステロイド剤は濃度が低いので、過度な心配は必要ありませんが、抗菌薬も一緒に塗るなど工夫して下さい。

同じ成分でも軟膏やクリーム、液体ローションなど形態が異なるものもあります。

	軟膏	クリーム	ローション
使用感	悪い	→	良い
皮膚への刺激	弱い	→	強い
患部にとどまる時間	長い	←	短い
皮膚への透過性	悪い	→	良い
皮膚の保護効果	大きい	←	小さい

## だみ声の原因はタバコ

ポリープ様声帯になる原因は、タバコにあるとされています。患者のほとんどがヘビースモーカーです。

症状はゆっくりと進行するため、早期であれば生活習慣を見直し、のどの衛生状態を保つことで改善が期待できます。

名前が似た病気に声帯ポリープがあります。これは、声帯の一部に炎症性のこぶができるもの。発声時に左右の声帯の間にこぶが狭まってしっかり閉じないために、ガラガラ声になります。

声帯はきわめて繊細な器官です。タバコや無理な発声で不要な負担を強いることのないようにして下さい。

### 未成年者へ お酒を軽くすすめないで！！

「未成年者飲酒禁止法」の制定は1922（大正11）年。国民の生活レベルが、今とは大きく異なる91年前から変わっていません。厚生労働省がん対策・健康増進課は、飲酒年齢は国によって19歳～21歳などばらつきがあります。

20歳という年齢に科学的根拠はありませんが、心身への影響から区切りとなっています。

人間の脳が成熟するのは20歳頃。それまでは神経細胞が発展途上で、せっかく育った神経細胞が飲酒で死んでしまいます。特に、人間らしさをつかさどる脳の前頭葉に影響します。萎縮して、無気力や記憶力の低下につながるほか、他人への配慮ができなくなる可能性もあります。さらには、骨の成長や生殖機能の発展の遅れも指摘されています。また、子どもはアルコールを分解する肝臓の酵素が十分でないため、急性アルコール中毒になりやすいので、注意が必要です。



（一社）浦安市薬剤師会 〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812（月～金：10～15時）

Fax 047-355-6810

メールアドレス [toiawase@urayaku.jp](mailto:toiawase@urayaku.jp)

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>