

日本人はシップがお好き？

非ステロイド性抗炎症薬を主成分とする外用剤には貼付剤（湿布）、ローション剤、ゲル剤、軟膏剤などの剤型があります。その中で多くの日本人が好むのはやはり湿布。湿布はメントールの香りと清涼感のあるものが好まれる傾向にあり、無香性のものよりもかえってメントールを含有する湿布を選ぶ人が多いようです。ただし、湿布でかぶれた経験のある人や、自分では貼れないという人には、湿布以外のローション剤やゲル剤などをお勧めします。また、湿布は冷感タイプと温感タイプのふたつに大きく分けられます。冷感タイプは基剤に水を含み、気化熱による冷却効果が期待でき、多くはメントールが配合され清涼感も得られます。一方温感タイプはトウガラシエキス（カプサイシン）などが配合されています。なお、貼付剤はその基剤によりパップ剤とテープ剤に大別されます。パップ剤は水分含有量が多く湿布効果（冷却効果）に優れています。また、皮膚に対する刺激が少ない、はがしやすいという特徴があります。一方、テープ剤は水分をほとんど含まないため冷却することが好ましくない場合や、粘着力が強い、薄くて目立ちにくいという特徴があるので、関節など可動部位への使用に適しています。



便秘だけが唯一の悩み？



人間は本来は病気もなく快調で天命を全うできるものとして、それを妨げているような不摂生、不養生を取るという漢方薬の発想、人間は薬がなければ長生きできないため薬で治そうという西洋薬の発想というように根本的な考えの違いがあります。便秘薬で考えると、本来腸が持っている運動能に期待してこれを回復させようとするのが漢方薬、とにかく薬で出そうとするのが西洋薬の考え方です。これを乗馬に例えると、とにかくムチで叩いて走らせよう（排便させよう）とします。元気のよい馬ならこれでもよいのですが、

馬に元気がなければムチを当てると弱って倒れてしまい、結局ゴールまでたどり着けない、つまり気持ちよく便が出ないということになります。このような馬には水やエサなど馬が欲しているものを与え、とにかく元気を回復させなければなりません。さらにゴールさせるためには軽くムチで叩いてやることも必要です。便秘に用いる漢方薬は、このようにムチと水とエサの絶妙なコンビネーションから成り立っているのです。また漢方薬では腸に栄養を与えるわけですから、腸は徐々に本来の運動能を取り戻し、結果として薬の量が減ってくることも珍しくないのです。



COPDと喫煙の関係

COPD（慢性閉塞性肺疾患）とは、タバコなどの有害なガスを吸い込むことによって、空気の通り道である気道（気管支）や酸素の交換を行う肺（肺胞）などに障害が生じる病気です。肺の機能が低下するために酸素の取り込みが悪くなり、気管支が狭くなっているため、息が吐きにくくなり慢性的に息切れが起こります。主な原因は喫煙。肺の生活習慣病ともいわれています。火のついたろうそくを口から20cmほど離し、フウッとではなく口をすぼめなくて、ハッと息を出してろうそくの火が消えなければCOPDの可能性もあるかも。たばこを吸わない私たちはちゃんと消えましたよ！ お試し下さい。



全国の処方せん受付中

東北大学病院 国立仙台病院 市立病院
東北公済病院 労災病院 開業医院など