

くすりと健康のはなし

薬包紙

第118回

医療保険委員会委員

馬淵晶子

一般社団法人岐阜県薬剤師会



皆さんは漢方薬を飲んだことがありますか？病院で処方されるほか、ドラッグストアなどでも購入できます。漢方薬は一般的には、食前（食事の30分～1時間前）または

食間（食事と食事の間のこと）で食後2時間ぐらい）、つまり、胃に食べ物が入っていないときに飲みます。空腹時に漢方薬を飲むと、食物の影響を受けないで小腸まで届き、腸内細菌によって吸収されやすい状態に変えられます。そのため効果的に薬の効果を発揮できるのです。

漢方薬は生薬が配合されているので独特な香りと味がしますね。苦手な方もいらつしゃるのではなんでしょうか？苦味を感じにくい飲み方があるので2つご紹介いたします。1つ目はあらかじめ水を口に含んで服用する方法です。水を口に含んだ状態であとから漢方薬を口の中に入れて飲み込みます。口の中に残りにくくなり、味やにおいが緩和されます。2つ目はオブラートを用いた飲み方です。オブラートで漢方を包み、水の入った

漢方薬の“いろは”

容器にいれるとゼリー状になりますので、そのまま水と一緒に飲み込みます。ゼリー状になつていたので、スルっと飲むことができます。

漢方薬はいくつもの生薬を組み合わせて作られる薬です。生薬の中にはアレルギーの原因となる成分が含まれているものもあるので注意が必要です。例えば、シナモンアレルギーの方は桂皮（ケイヒ）といわれる生薬が使われている漢方薬は服用できません。桂皮が含まれている漢方薬は多数あり、葛根湯・桂枝湯・小青竜湯・五苓散など風邪などで病院を受診した際によく処方される漢方薬の中にも含まれます。そのほか、小麦⇨小麦（シヨウバク）、ヤマイモ⇨山薬（サンヤク）、桃⇨桃仁（トウニン）などの成分が入った漢方薬もあります。食品ではなく漢方薬でも食物アレルギーの方は注意が必要です。薬のことで不安なことや疑問がありましたらお近くの薬局やドラッグストアの薬剤師にお気軽にご相談ください。