

(特集) 抗血栓療法②～抗凝固薬～、シナモン

発行責任者：日高 誠

<http://www.health-kikaku.co.jp/>



特集


抗血栓療法② ～抗凝固薬～



抗血栓療法とは、血栓症を予防または再発を防止するための治療法で、大きく分けると抗血小板療法と抗凝固療法の二つがあります。第111号(抗血小板薬)に続いて、今回は抗凝固薬について解説します。

抗凝固薬の働き	血液を固めるために必要な物質(たんぱく質)の働きを抑える
抗凝固薬の種類	ワーファリン(ワルファリン) プラザキサ(ダビガトラン)、エリキュース(アピキサバン) イグザレルト(リバーロキサバン)、リクシアナ(エドキサバン)
特徴	ワーファリン(約10円/錠) ・約60年前から使用されている実績のある薬 ・定期的に採血し出血を起こさないよう、用量の調整が必要 ・ビタミンKが豊富な納豆や青汁・クロレラ・大量の青菜野菜などを摂取すると薬の効果を弱めてしまう
	ワーファリン以外の4剤 ・約10年前から次々と発売されている比較的新しい薬 ・出血が少なく、予防効果も優れている ・食事の影響は受けにくい体内にとどまる時間が短い ・飲み忘れると効果が失われやすい ・腎機能が低下していると使用できないことがある ・ワーファリンと比べて値段が高い(約130～500円/錠)
副作用	出血しやすい(あざ、鼻、歯茎、喉、目など)、貧血、発熱、喉の痛み、痒み、胃の不快感、食欲不振 など
服用上の注意点	・出血傾向が続く場合には、医師に連絡・受診する ・他の薬との飲み合わせによって、効果が強くなることもある。服用する薬が増えたときは、医師・薬剤師に確認する ・出血を伴う検査や手術・歯科治療のときは、事前に薬を中止する 場合がある。病状や薬の種類によって異なるので予め確認する

抗凝固薬は、主に血液をスムーズに送り出すことができなくなった心臓や、流れの遅い静脈で生じる血栓に対して用いられます。静脈は動脈に比べ血圧も低いために、健常者でも血流が滞りやすい血管です。そのため、年齢に関わらず若い方でも血栓ができてしまうことがあります。

疾患名	血栓ができやすい原因
心原性脳塞栓症	不整脈の一種である心房細動によって、心臓でできた血栓が脳の血管を詰まらせる 
深部静脈血栓症	外科手術を受けた直後は炎症や出血が続いているため、血栓ができやすい。術後に長時間横になったままでいると血流が悪くなるため、太ももなどの深部静脈で血栓ができ血管を詰まらせる
肺塞栓症	飛行機などの狭い座席に長時間座ったままでいると下肢で血流が悪くなるため、血栓ができて肺動脈を詰まらせる(エコノミー症候群)

血栓は、生死に関わる疾患の発症や重い障害に繋がる可能性があるため、予防することが大切です。薬を服用する以外にもこまめに水分を摂ることや、第二の心臓と言われるふくらはぎの筋肉を動かすなど軽い運動も大切です。

抗血小板薬と抗凝固薬はそれぞれ異なる働きで、血栓を予防する大切な薬です。それぞれの特徴を理解し、より安全に服用するために、用法用量をきちんと守って服用しましょう。(折原)

今月の小ネタ

シナモン



アップルパイや八つ橋などに使われるシナモンは香りが高く、「スパイスの王様」とも呼ばれています。お菓子によく使われる理由の一つとして防腐効果があり、古代ではミイラの防腐剤としても使われていました。シナモンの木の幹や枝の皮をはぎ取り、乾燥させたものをスパイスとして利用しています。食欲増進作用もあり、食欲のない時に肉料理などの隠し味にもお勧めです。

シナモンとニッキの違い

どちらもクスノキ科のニッケイ属の植物が原料である
シナモンは、スリランカ原産のセイロンニッケイの樹皮から作られ、甘みが強い
ニッキは、日本原産のニッケイという品種の根の皮から作られ、辛みが強い

シナモンには、胃腸の働きを助ける成分が含まれており漢方では、桂皮・桂枝という名前で使われています。ただし、クマリンという成分を含んでおり、摂りすぎは肝臓に負担をかけるので注意が必要です。(矢野)