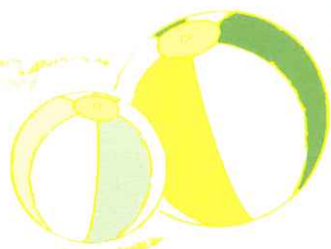


紙ふうせん



第89号

2015.4.25

(特集) 気管支喘息②、にんにく

発行責任者：木下 弘喜

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

特集 気管支喘息② ～お薬編～

喘息は、呼吸時の空気の通り道（気道）が炎症を起こして狭くなり、空気の流れ（気流）が制限されることにより起こります。放っておくと気道が狭くなったままになってしまいます。このため、早期に治療を開始することが重要です。

治療薬は、一般に気道炎症を抑える薬（抗炎症薬）と気道を広げる薬（気管支拡張薬）が使われます。使い方によって長期管理薬と発作治療薬に分類されます。

●長期管理薬：発作が起こらないよう毎日規則正しく使用する。治療の基本。

分類	薬の作用・特徴	主な薬品名
吸入ステロイド薬	気道の炎症を抑える 吸入後にうがいが必要	フルタイド、キュバール、 パルミコート、オルベスコ
長時間作用性 β2刺激薬 (LABA)	気管支を広げる 動悸や手がふるえることがある 内服薬、吸入薬、貼り薬がある	スピロペント、メブチン、 ツロブテロール・ホクナリン、 セレベント など
吸入ステロイド薬 /LABA配合剤	気道の炎症を抑える効果と気管支 を広げる効果が同時に得られる 吸入後にうがいが必要	アドエア、シムビコート フルティフォーム、 レルベア
ロイコトリエン 受容体拮抗薬	ロイコトリエンという物質の作用 を抑えて、気道の炎症を抑える	キプレス など
テオフィリン 徐放薬	気管支を広げる効果と気道の炎症 を抑える効果が両方ある 徐々に溶けてゆっくり効く	テオロング・テオドール、 ユニフィルLA など
抗アレルギー薬	アレルギー反応を抑える さまざまな種類があり、症状に合っ た薬が用いられる	ケトチフェン、 リノジェット、 インターール など

この他に難治性患者に用いられる抗IgE抗体の皮下注射などもある。

●発作治療薬：発作を速やかに鎮めるために、発作時のみ使用する。
主に短時間型作用性β2刺激薬が使われる。



分類	薬の作用・特徴	主な薬品名
短時間作用性吸入β2 刺激薬(SABA)	気管支を広げる作用が強い 即効性がある	メブチンエアー、 ベネトリン など
経口ステロイド薬	炎症の悪化を防ぎ、発作を鎮める 発作後、数日間続けることもある	プレドニン など

この他に、テオフィリン薬（ネオフィリン）が点滴静注で用いられることもある。

長期管理薬は、症状が出ていない時でも自己判断で中止しないでください。中断により症状が悪化し、重症になることもあります。決められた量、回数を正しい用法で根気強く続けてください。

週1回以上喘息症状が現れる、発作治療薬を使用する場合は、コントロールが十分でない可能性があるため、医師に相談してください。受診時に喘息症状の程度や頻度、発作治療薬の使用頻度などを伝えるようにしましょう。（北西）

今月の 小ネタ

にんにく



食欲をそそる香りが特徴の、香味野菜として有名なにんにく。中国での生産が盛んなため年中スーパーで見かけますが、日本では青森県での生産が一番多く、梅雨前のこの時期に収穫されています。

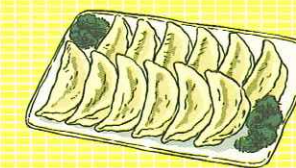
<にんにくに含まれる主な成分とその効能>

●アリシン

にんにくを切ったり潰したりすることで発生する、
にんにく独特のにおいの成分。抗菌・抗カビ作用がある。

●アリチアミン

アリシンと、ビタミンB1が結びついたもの。ビタミンB1と同じ作用を持つが
より吸収されやすく、分解されにくい。疲労回復効果がある。



結腸癌、直腸癌のリスクを低下させるとの研究結果もあり、滋養強壯の観点からも積極的に摂りたいところですが、臭いが気になるという方も多いはず。

にんにくを食べたあとの口臭は、ポリフェノールという酵素を含むリンゴを食べることで和らげることができます。リンゴの皮に特に多く含まれるので、生の状態で食べるのがお勧めです。（吉澤）

いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局
つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店