

第677号



2023年9月

ほりかわ

西陣健康会

〒602-0056  
京都市上京区堀川通今出川上ル  
堀川病院内

☎(075)441-8181

【編集・発行】健康会事務局

<http://www.horikawa-hp.or.jp>

# 市販の風邪薬

## 薬剤部



一般的に風邪と呼ばれている症状は、上気道に起こる炎症のことです。風邪は「感冒」、とも呼ばれます。その症状に使用されるいわゆる風邪薬は、発熱や喉の痛み、鼻水、咳などつらい症状を和らげる目的で使います。ただし、1つの商品に非常に多くの薬が配合されているため、それだけ副作用のリスクも多いことに注意する必要があります。なお、休養に支障がないのであれば、無理に薬を飲む必要はありません。

いわゆる「風邪」の原因となる病原体の9割近くはウイルスです。現在市販されている風邪薬（総合感冒薬）に、このウイルスを退治する作用はありません。そのため、風邪薬を飲んでも、風邪が治るわけではありません。風邪の症状に

はくしゃみ、鼻水、咳など多様な症状が出ますが、主にそれらの症状を抑える事が主な対応となります。

風邪薬には、熱や痛みにも効果のある解熱鎮痛薬や、くしゃみや鼻水にも効果のある抗ヒスタミン薬、咳を抑える咳止めなどの成分が配合されている薬を飲むと、一時的にこれらの症状は和らぐことはあります。熱を下げて風邪そのものが早く治ることはないため、風邪薬に風邪を早く治す効果は期待できません。

多くの風邪薬は、「一般的な風邪の症状に対して、効果が期待できそうな薬を全て詰め込んだ薬」と言えます。そのため、およそどんな人のどんな風邪であっても、1つの薬だけでだいたいは対応で



きるようになって  
います。これ  
は、既に風邪で  
つらい状態で早  
く薬を買って帰りたいとき、どん  
な風邪にも対応できる常備薬が欲  
しいときには、非常に便利です。  
しかし、薬には副作用がつきもの  
です。これだけ多種多様な薬を詰  
め込んでいる以上、自分にとって  
は必要のない薬まで飲むことにな  
ることも多い上、色んな副作用が  
でる可能性があります。

風邪の大部分はウイルスによる  
もののため、細菌を退治する「抗  
生物質（抗菌薬）」を使っても治  
りません。

病院から処方された抗生物質  
（抗菌薬）を、処方された時に最  
後まできちんと飲み切らなかつた  
り、そうして残った薬を中途半端  
に使ったりすると、薬が効きにく  
い「耐性菌」を生み出す原因にな  
ります。そのため、処方された際

には症状が治まってきても必ず最  
後まで飲み切ること、何かの事情  
で余った薬があっても自己判断で  
は使わないようにしなければなり  
ません。

薬局や薬店で購入することがで  
きる市販薬は、リスクの程度に  
よって、要指導医薬品と一般用医  
薬品（第1類医薬品、第2類医薬  
品、第3類医薬品）に分類されて  
います。

風邪薬の多くは 指定第2類医  
薬品であるため、インターネット  
でも購入が可能です。

しかし最近では症状に合わせた  
薬なども販売されているため、あ  
らゆるリスクを回避するためにも、  
薬剤師のいる薬局薬店で症状など  
を相談して購入するか、最近では  
風邪とは別の原因の可能性も考え  
られるため、医院  
など医療機関に受  
診するようにして  
ください。



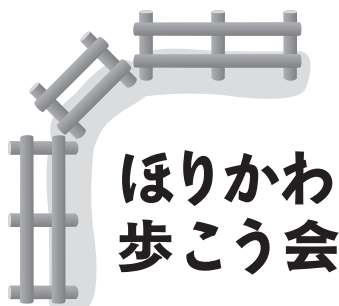
## 新人 紹介

### さとう けいこ 4階病棟 佐藤 圭子

堀川病院は、看護学生の時に実習でお  
世話になった縁もあり、今回入職しまし  
た。看護師として成長していけるように、  
日々頑張っていこうと思います。どうか  
宜しくお願いします。

## 【歩こう会に参加者される皆様へ】

感染症分類が「5類」に移行され、マスク着用は個人の判断に委ねる事となりました。参加者の皆様は、体調に十分気お付けて頂きご参加下さい。  
 なお、新型コロナウイルスの感染対応については、堀川病院・健康会は責任を負いかねます。

ほりかわ  
歩こう会

問合せは 橋本  
電話  
462-5204へ

## 雨天中止

彦根気象台の当日午前5時発表の予報で、当日の滋賀県南部の午前6時から12時までの1mm以上雨の降る確率が50%以上なら中止です。予報は午前7時頃でも0749-177の電話で確認できます。



行き先

西近江路を歩く  
和邇から小野へ

以前に歩こう会は、奈良の櫛本(イチイモト)を訪ねた。「ワニ」氏は初期大和王権の国土統一という過程で重要な役割を果たした。「ワニ」氏とは大和の在地豪族で、応神・反正・雄略・仁賢・継体・欽明・敏達の7天皇に9人もの后妃を出しました。この数は諸豪族のなかでも最も多く、天皇家との関係は深い。小野氏の根拠地である和邇を訪ねます。小野氏からは、小野妹子、小野小町や粟田真人、柿本人麻呂などが輩出している。

日時

令和5年9月24日(日)

集合場所

地下鉄烏丸御池 東西線六地藏行8時40分発に前より2両目に乗車、山科8時53分着(260円)、JR湖西線近江舞子行 9時02分発前より2両目に乗換え、和邇駅9時32分着で下車(420円)

京都駅からは  
JR湖西線近江舞子行 午前8時41分発前より2両目に乗車(運賃500円)

この電車 山科駅からは  
午前8時56分発で乗れます。(運賃510円)

乗車に際しては行先、ホーム、発車時間の表示を各自確かめて乗ってください。

コース

5.5Km  
JR 和邇駅wc～榎木の宿～天皇神社wc  
～和邇公園wc～上品寺～小野篁神社wc  
～小野神社～石神神社石神古墳群  
～小野道風神社～小野児童公園  
～唐臼山古墳(小野妹子神社)～JR小野駅wc

帰路

JR小野駅 京都駅運賃510円、  
山科駅まで420円

持ち物

水筒持参(午前中で終了)

参加費

100円

【山歩き会に参加者される皆様へ】

感染症分類が「5類」に移行され、マスク着用は個人の判断に委ねる事となりました。参加者の皆様は、体調に十分気お付けて頂きご参加下さい。なお、新型コロナウイルスの感染対応については、堀川病院・健康会は責任を負いかねます。



ほりかわ山歩き会

事前申込み制  
事務局 藤田  
TEL(FAX)  
451-6427

**雨天中止**  
京都地方気象台の当日午前5時発表の予報で、当日の京都地方の午前6時から午後0時までの1mm以上降る確率が50%以上なら中止。京都地方気象台177の当日午前5時発表の予報で確認できます。



行き先

金毘羅山(572.8m)・  
翠黛山(577m)



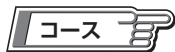
日時

令和5年10月1日(第1日曜日)



集合場所

地下鉄国際会館駅4番出入口  
8時20分集合  
京都バス大原行(19系統)  
8時40分発に乗車、戸寺で下車。



コース

戸寺バス停～江文神社～江文峠～金毘羅山頂  
～翠黛山～寂光院～大原バス停



地形図

1/25,000「大原」



距離

10 km(標高差 573m)



費用

約1,200円+会費100円



持ち物

雨具(カッパ、傘)・飲み物(水、お茶等)・  
弁当・コップ・懐中電灯etc

〈健康会会員の方が参加対象です〉

9月の  
行事予定

- 3日(日) 山歩き会「愛宕山」
- 17日(日) 写真同好会
- 24日(日) 歩こう会「西近江路」

