

3ステップでわかる!

セルブメデューテーション講座 第16回

# 解熱鎮痛剤とのつきあい方

軽度な身体の不調や症状を、ご自身で改善してみませんか？  
おぼえておきたい基本知識を、3ステップで説明します。



教えてくれた人  
**岩月 進さん**  
(いわつき・すすむ)

日本薬剤師会常務理事

薬局では、遠慮なく薬剤師にご相談ください

## Step 1 市販の解熱鎮痛剤は成分で3タイプに分かれる

解熱鎮痛剤は、成分によって3つのタイプに大別されます。

①アセトアミノフェン 痛みを感じにくくする作用があります。解熱作用はおだやかで、平熱時に鎮痛を目的に使用しても問題ありません。ただし長期にわたる服用で肝機能障害が生じるおそれがあるため、お酒を日常的に多く飲む習慣がある方は注意が必要です。

②NSAIDs(非ステロイド性抗炎症薬) 痛みや発熱を引き起こす「プロスタグランジン」という物質の生成を抑制します。ロキソプロフェン、イブプロフェン、アスピリンなどが代表的な成分です。ただしプロスタグランジンは胃の

## Step 2 常備薬としての第一選択はアセトアミノフェンの「単剤」

市販薬の多くは、この3つの成分と他の薬効成分を組み合わせた「配合剤」です。しかし常備薬として選ぶなら、副作用が少なく、幼児や高齢者でも安心して使えるアセトアミノフェンの「単剤」が

粘膜を保護する物質でもあるため、副作用として胃腸障害が現れることがあります。

③ピリン系 プロスタグランジンの生成を抑制し、さらに体温調節機能に働きかけて熱を下げます。解熱効果が高いため、平熱時に使用すると体温を下げるおそれがあります。また、ピリンアレルギーの方は喘息発作や湿疹などのおそれがあり、使用できません。

第一選択になります。単剤とは、1つの薬効成分のみで作られた薬のこと。配合剤よりも副作用が少なく、汎用的に使えます。

痛みや発熱だけではなく、咳や鼻水、倦怠感、炎症など複数の症状がある場合は、薬剤師に相談して薬を選びましょう。その際、かならず「使用目的」を伝えてください。「熱を下げるだけけど、眠くなるのは困る」「ケガの痛みと腫れをやわらげたい」など、事情が分かれば、それに合わせた薬を選ぶことができます。

また、持病などで常用している薬がある方は、薬の箱に書いてある成分や、錠剤の刻印を書きとめたり、お薬手帳を忘れずに薬剤師に見せてください。飲み合わせを考慮して、より安全な薬をご提案

## Step 3 症状が続く場合は医療機関へ

解熱鎮痛剤は、あくまで一時の不調をやわらげるもの。治療薬ではありません。市販薬を数日間服用しても症状が続く場合は、医師の診察を受けてください。その際、熱がいつから出たか、その他の症状はあるか、どんな薬を飲んだかなどの記録を持参するとスムーズに診断できます。

### 解熱鎮痛剤の成分と特徴

種類	アセトアミノフェン	NSAIDs (非ステロイド性抗炎症薬)	ピリン系
特徴	鎮痛剤の中では、比較的安全性が高い。幼児~高齢者、妊婦も使用できる。インフルエンザでも使える	解熱鎮痛効果が高い。炎症を抑える作用もある	解熱効果が高い
注意点	炎症を抑える作用はない。肝機能に影響を与えることがある	副作用として胃腸障害が起きることも。インフルエンザのときは使用しないほうがよい	ピリンアレルギーがある場合は使用不可。体温を下げるおそれがある
おもな商品例*	タイレノールA バファリンルナJ	ロキソニンS イブA錠	セデス・ハイ セミドン顆粒

\*配合剤を含む