

お薬のしおり

漢方薬の正しいのみ方 No.122 (H24.4)

東京医科大学病院 薬剤部

最近、漢方薬は、保険調剤薬局だけではなく、ドラッグストアなどでも簡単に入手できるようになり、身近な薬として考えられています。また、漢方薬局やカフェなど、漢方薬に着目したお店も多くみられるようになり、漢方薬を手にする機会が非常に増えてきています。しかし、病院でもらっている他の薬と服用時間が異なるため混乱が生じたり、市販の薬とののみ合わせが気になったりするなど、さまざまな質問が挙げられています。そこで今回は、漢方薬に関してよく耳にする質問について説明したいと思います。

◇ 漢方薬は民間薬と何が違うか？

昔から経験的に使用されてきた、ゲンノショウコ、センブリといった1種類の薬草からなるものを民間薬といいます。主に、家庭で治せる範囲のケガや病気に使われてきたもので、使い方にも一定の基準がありません。

一方で、漢方薬は原則として2種類以上の生薬を、決められた分量で組み合わせで作られたものです。漢方医学に基づいて、用いる条件も細かく定められており、日本では治療効果のある医薬品として正式に認められています。

◇ 漢方エキス剤は水よりもお湯に溶かしてのんだほうがよいか？

エキス剤は、複数の生薬を煎じた液を乾燥し粉末化させたものです。煎剤に比べ携帯に便利でしかも服用しやすいという利点があり、エキス剤のものが増えてきています。このエキス剤をお湯に溶かしてのむと、エキス剤をより煎剤に近くし、漢方特有の味や香りを十分に味わいながら服用することができます。それが刺激となって、薬の効果を高めることもあります。また、より吸収されやすく、効く場所に早く届くようにするためにも、漢方エキス剤はお湯に溶かしてのむことをお勧めします。



◇ 漢方薬の適切な服用時間はいつか？

一般的に、薬は食事の時間に合わせて食後にのむことが多いですが、漢方薬は食前もしくは食間に服用します。これは、胃の中が空になっているほうが、薬効成分がよく吸収されると考えられたからです。実際、漢方薬の成分の多くは、腸内細菌によって、吸収されやすい形に変えられ、効果を表します。そのため、空腹時にのむ方が、速やかに腸内細菌のいる場所に到達し、効果を発揮することができます。しかし、食前もしくは食間にのむと胃が悪くなって困るという人やのみ忘れた場合には、食後に飲んでも差し支えありません。

◇ 漢方薬では副作用は心配ないのか？

漢方薬は天然の生薬から作られているから副作用がなく安全である、と言われることがありますが、まれに副作用が現れる場合もあります。例えば、小柴胡湯しょうさいことうにみられる間質性肺炎かんしつせいはいえんなどが挙げられます。また、診断の際に基準として用いられる、「証しょう」に合わない薬をのんだ場合、胃腸障害などが起きることがあります。主な副作用として、食欲がなくなる、熱やじんましんが出る、むくみ、動悸どうき、不眠、血圧が上がるなどの症状があります。体調に異変を感じた場合には、すぐに医師や薬剤師に相談してください。

◇ 普通の薬と併用できるか？

基本的には併用できます。病院で処方される薬や市販の薬と漢方薬は、対立する薬ではありません。両方の長所を生かすような使い方で、より優れた効果を得られることもあります。例えば、糖尿病で、末梢神経障害まっしょうしんけいしょうがいなどの不快な症状がある場合、血糖値を下げる薬と漢方薬を併用することで、より効果的な治療ができることもあります。ただし、成分によっては一緒にのまないほうがよいものもありますので、併用するときにはご注意ください。

現在、当院採用の漢方薬は41種類、院外処方専用の漢方薬は65種類（内軟膏が1種類）あります。種類も多く、名前も複雑なものが多いですが、さまざまな症状に合わせて、適切な漢方薬を選択し、正しく服用することが大切です。漢方薬をのんで具合が悪くなったり、何か気づいたりした場合は、遠慮なく医師、薬剤師に相談して下さい。