

湿布薬を使いたい時、薬局へ行くとたくさん種類の種類があつてどれを選んでもいいのかわからなかったことはありませんか？ 今回は湿布薬の種類と使い分け、注意点についてお話します。

冷感湿布はメントールやハッカ油などスーッとする成分が含まれていますから、スポーツによる捻挫や打ち身など急な痛みに最適です。温感湿布はトウガラシなどの成分により温めて血行を良くする作用があるので、肩こりや腰痛といった慢性的な痛みに向いています。急性期以外はお自分が使っていて気持ちいい方を選んで良いでしょう。温感湿布は入浴による体温の上昇で、貼った部分に強い痛みを感じることもありますが、入浴前後の30分は貼らないようにして

ちよつと得する

クスの知識

<113>

湿布薬 急な痛みには冷感を

ください。

貼り心地の違いもあります。厚みがあり水分を多く含むパップ剤は、背中や腰など動きが少ない患部に適しています。一方、水分を含まないテープ剤は伸縮性や粘着性に優れており、関節などよく動かす患部に向いています。

湿布薬の中には、非ステロイド性消炎鎮痛薬という飲み薬で使われる痛み止めを含む製品が多くあります。痛み止めを皮膚から吸収し、患部の炎症や痛みを取り除く作用があります。飲み薬の痛み止めとほぼ

同じ鎮痛効果があるとする研究結果もあり、内服薬と比較すると副作用が少なく有効性が高いと評価されることもあります。ただし、内服薬と同じ副作用が出現することがあるので、これらの鎮痛薬にアレルギーがある方や妊娠している方は特に注意が必要です。また、用量を超えて使用すると、飲み薬と同じくらいの量が体内に吸収されることがあります。ご自分に合った製品を正しく使用しましょう。

（竹下 秀司・県病院薬剤師会理事）

<毎月第4火曜日に掲載>