

Q 問題

『風邪薬を飲むと眠くなることがあるのは何で???』



A 解説

皆さんは、風邪をひいた時に町の薬局やドラッグストアでお薬を買ったことはありますか？薬局には風邪症状（咳・鼻水・発熱・頭痛）に効く一般用医薬品（薬局・薬店で販売されている医薬品でOTC＝オーバー・ザ・カウンター医薬品ともいいます）が沢山売られています。その1つに総合感冒薬（そうごうかんぼうやく）があります。総合感冒薬は、頭痛・発熱・のどの痛み・咳・くしゃみ・鼻水・鼻づまりなどといった、いわゆる“かぜ”の諸症状を和らげる薬です。

実際に市販されている、ある総合感冒薬の中身を見てみましょう！
以下のように多くの成分が入っています。

イブプロフェン（解熱鎮痛薬）・・・熱や痛み、炎症を抑える
ジヒドロコデインリン酸塩（鎮咳薬）・・・咳を抑える
dl-メチルエフェドリン塩酸塩（鎮咳薬）・・・咳を抑える
クロルフェニラミンマレイン酸塩（抗ヒスタミン薬）・・・鼻水を抑える



この中の抗ヒスタミン薬の中には鼻水を抑えるだけではなく、実は眠くさせる作用を持つものがあります。生理活性物質ヒスタミンは鼻水を出す作用とともに脳を覚せいさせる作用がありますが、抗ヒスタミン薬が両方の作用を抑えてしまうからです。そのため、この抗ヒスタミン薬が含まれる風邪薬を飲むと、個人差はありますが眠気やだるさを感じることもあるのです。従って、車の運転や高い所での作業など危険を伴う行動を避ける必要があります。実際、一部の抗ヒスタミン薬には、その眠気を引き起こす作用を利用して睡眠改善薬として市販されているものもあります。

一方、この問題に対して眠くならないように工夫した抗ヒスタミン薬も使われています。このように同じ症状に効くOTC薬の中でも、成分や含量が異なるためお薬を飲む上では注意が必要です。薬局でお薬を買うときは“薬のプロ”である薬剤師さんに相談しましょう！

（回答者：大林真幸）