

## かぜ薬について

「効いたよね、早めのパ〇ロン♪」。これを見ていると風邪→薬で治す的な図式になりますが、果たして？今回はかぜ薬の話。

風邪の9割近くはウイルス感染で、自然に軽快します。待つだけで治る、これが風邪です。

- ① 抗生剤：正確には抗菌薬と言います。細菌に対するお薬です。風邪のほとんどはウイルス感染で抗菌薬は働く場所がありません。予防的に投与しても中耳炎などの二次感染を防ぐ効果はありません。逆に、短期的には下痢等の副作用、長期的にはアレルギー体質の助長など無効なだけでなく有害であるというのが専門家の一致した見解です。
- ② 解熱剤：病原体に悪さされて熱があがっている、わけではありません。病原体を退治するために体がわざと体温をあげています。37℃の時に比べて38℃では病原体を退治する力は倍、39℃では4倍になります。食事、水分が摂れない、寝ぐずる等の症状があれば解熱剤の出番です。定時で繰り返し使う解熱剤は病気を長びかせるという報告もあります。熱を心配して6-8時間おきに解熱剤を使う必要はありません。
- ③ 咳、お鼻の薬：症状の軽減作用があります。咳や鼻汁で寝づらい等あれば使用を検討します。

風邪は薬で治すものではなく、体が治してくれます。一番の治療は安静と十分なカロリー、水分補給です。風邪薬は症状を和らげるためのお薬で、のめば明日には治る、そんな薬は残念ながらありません。お子さんが熱にうなされていると心配かと思いますが、安心して下さい、必ず治ります、抱っこして見守ってあげて下さい。そうすることでお子さんも安心出来ます。風邪が治って元気な顔を見られれば、お母さんも一緒に治してあげたんだと子育てに自信が持てます。小児科医はお子さんとお母さんの頼りになる見方です。かかりつけの先生と相談しながら子供に優しい風邪治療を目指しましょう。