

おくすり Q&A

月経困難症に用いるホルモン療法にはどのような薬がありますか？

Q. 月経困難症はどんな病気ですか？

A. 月経の始まる1日前ないしは初日に症状が強く、月経が終わるとなくなるいろいろな不快症状があり日常生活を送ることが困難な状態を、月経困難症と言います。月経困難症は、原因疾患がない「**機能性月経困難症**」と子宮内膜症、子宮腺筋症、子宮筋腫などが原因となる「**器質性月経困難症**」があり、日本では約900万人の患者がいると推計されています。症状は、**下腹部痛、腰痛、腹部膨満感、嘔気、頭痛、疲労・脱力感、食欲不振、いらいら、下痢、憂うつ**などがあり人によって症状も様々です。内服による治療には主に鎮痛薬や漢方による対症療法と、低用量ピルやジェノゲストによるホルモン療法があります。

Q. 低用量ピルとジェノゲストの違いは何ですか？

A. それぞれの製剤の違いは下表の通りです。

	低用量ピル	ジェノゲスト
含有するホルモン	エストロゲン (卵胞ホルモン) プロゲステロン (黄体ホルモン)	プロゲステロン (黄体ホルモン)のみ
服用回数	1日1回	1日2回
特徴	<ul style="list-style-type: none">女性ホルモンを一定のバランスに保つため、月経痛やPMS (月経前症候群) に高い効果が期待できる種類が豊富なため、自分に合った薬を選べる	<ul style="list-style-type: none">エストロゲン (卵胞ホルモン) を含まないため、血栓症のリスクが高まる40歳以上の女性でも安全に服用できる休薬期間がないため、服用中は月経が来なくなる
副作用	<ul style="list-style-type: none">エストロゲン (卵胞ホルモン) による血栓症のリスクの上昇頭痛や吐き気 (製剤によるが10～30%)	<ul style="list-style-type: none">高頻度の不正出血 (80～90%)・ほてり (20%)



Q. 低用量ピルでアリッサ配合錠という新薬が出たと聞きましたが、何が違うのですか？

A. エストロゲン (卵胞ホルモン) が異なります。これまでの低用量ピルは**合成型のエストラジオール**だったのに対し、アリッサ配合錠には**天然型のエストロール**が含まれています。エストロールは、血管内皮細胞や肝臓のエストロゲン受容体には作用せず、子宮・卵巣に選択的に作用することで従来の低用量ピルより血栓症のリスクが低いといった特徴があります。また、乳腺への作用も少ないことから乳がんリスクを低減することも期待されます。

執筆薬剤師 根岸 世利那

わたしの健康とくすり

第349号



今月の内容

- ちょっとお耳を…… 嘉南薬理大学の研修生より ①
- ちょっとお耳を…… 生で食べると危険な海藻
- おくすり Q & A 月経困難症に用いるホルモン療法にはどのような薬がありますか？

2025年2月発行

発行者 八王子薬剤センター 橘 隆二
東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

ちょっとお耳を……

嘉南薬理大学の研修生より ①

八王子薬剤センター薬局では、薬学部の実務実習生を積極的に受け入れております。薬局をご利用される方々には、日頃から実習にご協力いただきありがとうございます。この度、薬学教育・研究において提携を結んでいる台湾の嘉南薬理大学より4名の研修生を受け入れました。台湾の薬局事情などについて2回に渡って紹介いたしますので、ご一読いただけますと幸いです。

① 台湾の薬局

台湾と日本の医療には多くの違いがあります。例えば、台湾にも**国民皆保険制度**がありますが、**自己負担額が非常に低い**ため、気軽に病院を受診しやすく、セルフメディケーションという概念がほとんどありません。また、台湾には**慢性疾患連続処方箋(慢箋)**という制度があります。特定の慢性疾患に対しては**最低1か月、最長3か月の継続処方**が可能で、通常最初の1か月分は病院で薬を受け取ります。さらに、台湾の診療所には「**門前薬局**」というものがあり、日本の門前薬局とは異なり、台湾では**診療所と薬局が同じ経営者によって運営されている**ため、調剤は処方を行う医師の影響を受けやすいです。最も大きな違いは、台湾ではまだ**医薬分業が完全に進んでいない**ことです。受診しやすいことが影響し、台湾では病院の外来処方が多くなっています。そのため台湾の医療機関は製薬メーカーに対して**強い交渉力**を持ち、薬価差益を得ています。さらに門前薬局のように処方と調剤が同じ経営者に握られている状況では、地域の薬局に処方箋を放出することは薬価で得られる収入を減らすことに等しいため消極的です。このような状況により、台湾の薬剤師の仕事の内容は服薬指導を行うのではなく、**単に薬を渡すだけの業務が多くなっています**。



嘉南薬理大学 研修生 陳 堉棠

② 台湾の介護制度

2026年に台湾は超高齢社会に突入し、高齢者と介護者の保障がますます重要になっていきます。台湾の介護制度である「**長照 2.0 計画**」は社会保障制度の一つであり、日本の保険制度とは異なります。その財源は**遺産税、たばこ税**など、さまざまな方法で賄われています。



台湾の介護対象者

介護サービスの対象者は以下のように定められています：

- ・身体障がい者 ・55歳以上の障がいを持つ先住民族 ・50歳以上の認知症患者
- ・独居高齢者や虚弱高齢者 ・65歳以上の障がい者

※ 台湾の先住民族について…台湾の先住民族は主に**山岳地域や東部地域**に暮らしており、居住地域の医療資源が不足しているため、関連する支援措置を受けています。

台湾の介護サービスの4つのカテゴリー

台湾の介護サービスは、大きく以下の4つに分類されます：

1. 介護および専門サービス
2. 交通送迎サービス
3. 補助具および住宅バリアフリー改修サービス
4. レスパイトケアサービス(介護者支援サービス)

在宅介護が基盤であるため、レスパイトケアサービスを強化し、デイケア(通所介護)や訪問介護サービスの体系を確立し、施設の拡充を進める必要があります。

嘉南薬理大学 研修生 黄 加宇

ちょっとお耳を……

生で食べると危険な海藻

オゴノリはオオゴケ科の紅藻の1種で、日本の食文化において広く親しまれている食材の一つですが、その**毒性**について皆さんはご存知でしょうか。市販のオゴノリはそのまま食べても安全なものですが、**海で採ったものをそのまま食べると致死性の食中毒を引き起こす**可能性があるため注意が必要です。今回はそんなオゴノリの知識を共有したいと思います。



●オゴノリの食文化

オゴノリはもともと暗い紅色や緑褐色の色味をしていますが、下処理をすると鮮やかな薄緑色に変化します。食物繊維が豊富でビタミン・ミネラルを幅広く含み、低糖質のため**寒天の材料**としてダイエット食に利用されることもあります。また、**刺し身のツマ**や**和え物・サラダ・汁物**にも利用され、しゃきしゃきとした独特な食感が楽しめます。このようにオゴノリは日本の食文化に根付いているものですが、問題はその摂取方法にあります。

●オゴノリの中毒症状

天然のオゴノリには**有毒物質が含まれており、生で食べると食中毒を引き起こす可能性**があります。中毒症状の特徴は

- ① 下痢、吐き気、嘔吐などの消化器症状を引き起こす。
- ② 意識障害、ショック症状を起こし**10数時間程度で死に至る**。
- ③ 死者は**女性のみ**である。



といった点が挙げられ、**プロスタグランジン E2 の副作用と症状が共通している**との報告もあります。刺し身のツマにも出てくると前述しましたが、本当に食べても大丈夫なのでしょう。

●オゴノリの安全性

実はオゴノリの毒性は石灰水などに漬け、**アルカリ処理を施すことで無毒化**できると言われています。市場に出回るオゴノリは無毒化の処理をされたものなので、特別な調理をせずとも安全に食べることができます。しかし日本の沿岸でよく見られるオゴノリは、潮干狩りの時などにうっかり拾ってしまうこともあるため、**無毒化処理を知らずに食べると食中毒を引き起こし、実際に死亡例も出ています**。あくまでも安全なおゴノリは無毒化処理されたもの、ということは覚えておく必要があります。

今回はオゴノリについて紹介しましたが、自然界には毒を持ったものが多くあります。健康志向・自然志向で自生するものを好んで食べる方もいますが、普段口にしているものだからといって油断をしないで、間違った食べ方をしないよう**正しい知識を身につけることが大切です**。

執筆薬剤師 長谷川 和輝