

病気の時 どうしていますか？

～風邪薬編～

夏になり、晴れの日も多くなりましたが、それでも日本と違い、寒暖の差が激しいベルギー。晴れたと思っていたら突然雨が降ったり、朝が10℃だと思ったら昼には25℃を超えたり。また、夏休みに旅行して、無理をしてしまい、遊び疲れてしまう方も多いのではないでしょうか。体調を崩して、鼻水が出る、咳が止まらない、といった場合には今回紹介する薬を試してみてください。6月の解熱・鎮痛剤、7月の胃腸薬に続き、今月は風邪薬です。

市販薬として総合感冒薬も販売されていますが、今回は個別症状でのお薬を紹介します。実は風邪のウイルスに効果がある薬はなく、基本的には自然治癒となります。風邪を引いた場合は、①安静にすること、②うがい、③風邪の諸症状を緩和させる薬を服用(辛い場合)、が重要です。



＜鼻炎薬＞

Allergodil 0.1%
(Spray nasal 10ml)

点鼻薬タイプ。頭が垂直の状態、各鼻孔に1回ずつ噴霧します。1日2回まで(朝・夜)の服用。風邪のときだけでなく、ダニなどのアレルギー性鼻炎、花粉症にも効果があります。6歳から服用可能。

なお、アレルギー向け点眼薬(Allergodil Collyre 0.05%)も同じようなパッケージで販売されています。

鼻炎はフランス語で「rhinite(リニット)」、オランダ語で「rhinitis(リニティス)」。

HP : <www.medapharma.be/fr/produits/product/allergodilR>



＜咳止め＞

Tusso Rhinathiol
(10mg/ドロップ)

咳は体から異物を排除するために起こる生体防御反応で重要なのですが、体力を消耗してしまいます。咳がひどい場合は、体を休ませるために

も、咳止め薬で症状を緩和させてください。写真の商品はドロップタイプ。1回2粒まで、1日12粒までを目安に服用。服用してから30分で効果が見られます。シロップタイプ、子ども向けの商品も販売されています。

痰咳はフランス語で「toux(トゥ)」、オランダ語で「hoest(フウスト)」。

HP : <<http://rhinathiol.be/fr>>



＜痰切り薬＞

Bronchosedal MUCUS
MENTHOL (20mg/ml)

痰に効くメントール配合シロップ剤です。気道粘膜の分泌機能を高める働きをし、のどにからんだ痰を薄めて排出しやすくします。服用は10mlを1日4回まで。12歳以下は使用不可です。写真の商品はメントールタイプですが、他にはちみつレモン味も販売されています。

痰咳はフランス語で「toux grasse(トゥ・グラスス)」、オランダ語で「slijmhoest(スレイプフウスト)」。

HP : <www.bronchosedal.be>

以上が風邪の時によく使われる緩和薬になります。薬特集は今月で最後となります。今回の特集で少しでも、ベルギーでの薬に対する理解が深まったら幸いです。

言語も習慣も異なるため、どうしても薬を買うのが怖いと感じてしまいます。特にベルギーでは、基本的に対面販売なので薬局に入りづらいかもかもしれません。ただ無理に我慢せず、必要な時は薬局に行って、なんでも聞いてみてくださいね。わからなければ丁寧に教えてくれます。

※掲載情報は一般的に市販されている薬の紹介になります。

情報には細心の注意を払っていますが、あくまで参考情報です。薬名もパッケージなどにより表記が異なる場合があります。薬の服用は自己責任となりますので、事前に薬剤師や医師に相談することをお勧めします。

※掲載している用量は、全て大人向けで記載しています。

