

各位

<2024年秋冬の感染症への備え>

“新型コロナ流行期”に徹底した感染対策の影響が

今年の秋冬は、風邪やインフルエンザにかかりやすくなるおそれも?!

- 薬局・ドラッグストアで困らない「かぜ薬」選びのヒント
- ひき始め、複数症状には総合感冒薬の服用を

第一三共ヘルスケア株式会社(本社:東京都中央区)は、2024年秋以降の感染症の状況や市販の風邪薬の選び方のポイントなどについて、感染症に詳しい医師の谷口俊文先生にお話を伺いました。

<サマリー>

TOPIC 1 2024年秋冬、風邪などの感染症患者が増加するかも?!<P2>

- ◆2023年の秋以降、様々な感染症にかかる人が増えている。
- ◆プール熱、りんご病、手足口病、ヘルパンギーナなどがすでに流行。

TOPIC 2 そもそも風邪とは? <P3>

- ◆風邪は呼吸器の感染症で、鼻からのどまでの炎症症状が起こる。
- ◆風邪と症状が似ているが、インフルエンザや新型コロナは重症化しやすいので注意が必要。

TOPIC 3 市販のかぜ薬の選び方、医療機関受診のタイミング <P4>

- ◆風邪のひき始めは葛根湯や総合感冒薬。
複数の症状があるときには総合感冒薬を。
- ◆はっきりした症状が1~2つなら症状に特化した医薬品を。
- ◆服用シーンや体質に合った薬選びは専門家に相談。
- ◆最初から38℃以上の高熱があるとき、重症化リスクが高い人、市販薬を5~6回服用しても症状が改善しないなら医療機関を受診して。



監修:谷口俊文(たにぐち としづみ)先生

【プロフィール】

千葉大学医学部附属病院感染制御部・感染病内科准教授。米国内科専門医、感染症専門医、日本内科学会総合内科専門医・指導医、日本感染症学会感染症専門医・指導医。千葉大学医学部を卒業後、沖縄県の米国海軍病院、米コロンビア大学附属セントルークス・ルーズベルト病院などを経て、2022年より現職。



TOPIC 1

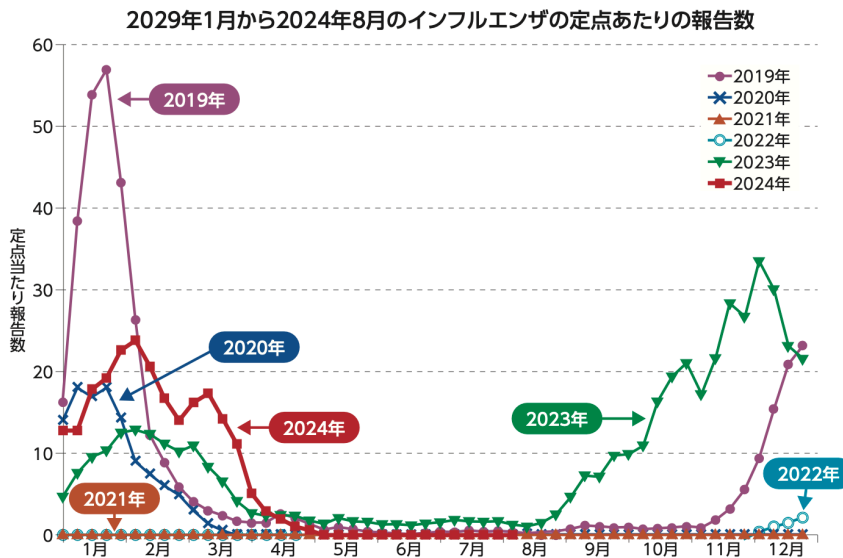
2024年秋冬、風邪などの感染症患者が増加するかも?!

◆2023年の秋以降、様々な感染症にかかる人が増えている。

2020年1月に日本国内で初めて感染者が確認された新型コロナウイルス感染症(以下、新型コロナ)。その後、2023年5月に感染症法の位置づけは「5類」になりました。

新型コロナの流行中は、マスクの着用や手洗いなどを励行する人が増えた結果、実は新型コロナ以外の感染症にかかる人も減っていましたが、2023年秋以降、様々な感染症にかかる人が増えています。

例えば国立感染症研究所のデータを見ると、インフルエンザの感染者の報告数は2020年1月～2023年4月まではそれ以前に比べて激減していましたが、**2023年9月～12月の感染者数は大幅に増えています。**



(データ:国立感染症研究所「インフルエンザ 過去10年間との比較」を改変)

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/flu-V813-idsc/nap/130-f1u-10year.html>

◆プール熱、りんご病、手足口病、ヘルパンギーナなどがすでに流行。

2023年秋から冬にかけてはプール熱(咽頭結膜炎)、2024年の年明けからは伝染性紅斑(りんご病)、春から夏にかけては手足口病やヘルパンギーナが流行しています。2024年秋以降も、インフルエンザや風邪が流行る可能性があります。

comment!

~谷口先生からのコメント~

コロナ禍で2年以上にわたり他人と接する機会が減ったことにより、ウイルスや細菌との遭遇体験をもとに強化される「獲得免疫」が低下している可能性があります。それに加え、現在、新型コロナ流行時に比べて人々の感染対策がゆるやかになったことが要因で、様々な感染症にかかる人が増えていると考えられます。

TOPIC 2 そもそも風邪とは？

◆風邪は呼吸器の感染症で、鼻からのどまでの炎症症状が起こる。

身近な感染症の代表格が風邪です。そもそも風邪とはどんな病気なのでしょうか。

風邪は、正式には「風邪症候群」と称される呼吸器の感染症で、「急性上気道炎」や「急性上気道感染症」といわれます。

鼻腔から咽頭までの上気道に炎症が起こることで、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、のどの痛み、せき、発熱などの症状が出ます。



◆風邪と症状が似ているが、インフルエンザや新型コロナは重症化しやすいので注意が必要。

風邪とインフルエンザや新型コロナの違いは、まず原因となるウイルスや細菌が異なることです。

風邪の初期症状は一般的に悪寒や微熱、鼻水、鼻づまりなどです。風邪は症状が比較的ゆっくり進行するのに対し、インフルエンザは経過が早く、38℃以上の熱が急激に出ることが多く、倦怠感や節々の痛み、筋肉痛などの全身症状が出るのが特徴です。

風邪とインフルエンザの違い

	風邪	インフルエンザ
発症時期	1年を通じて散発的	冬季に流行
症状の特徴	鼻やのどまでの上気道の症状が強いことが多く、時に腹痛や下痢などの腹部の症状も	高熱、筋肉や関節の痛みなど、強い全身症状がある
熱	38℃までの発熱が多い	38℃以上の高熱が多い
鼻水	はじめは透明で、次第に黄色く粘り気が出る	後期からひどくなる
くしゃみ	出ることが多いが、続いても3~4日	出ることがある
鼻づまり	数日間続く	症状がある
のどの症状	痛み、腫れがある	痛み、腫れの症状が重い
咳	数日間続く	症状が重く、数日間続く

comment!

～谷口先生からのコメント～

インフルエンザや新型コロナの場合、上気道だけでなく合併症として肺炎を起こすケースがあり、症状が重くなりやすいという特徴があります。

また、新型コロナは「65歳以上の高齢者」、「糖尿病などの基礎疾患を持っている人」、「膠原病などの病気で免疫を抑える薬を服用している人」、「高度な肥満の人」、「妊婦や小学生未満の子ども」は重症化リスクが高いので注意が必要です。

症状は上記以外にも起こることがあります。あくまで参考情報としてご利用ください。(監修:千葉大学 谷口俊文先生)

TOPIC 3

市販のかぜ薬の選び方、医療機関受診のタイミング

◆風邪のひき始めは葛根湯や総合感冒薬。複数の症状があるときには総合感冒薬を。

風邪は気をつけていてもかかってしまうことがあります。早めに症状に気づき、早めにセルフケアをすることが大切です。かぜ薬の使い方の極意は、自分の風邪のステージに応じて選ぶことです。

comment!

～谷口先生からのコメント～

風邪のひき始めは漢方薬の葛根湯(かっこんとう)。風邪のひき始めや熱、くしゃみ、鼻水など、いくつかの症状がある場合には、解熱鎮痛成分や抗ヒスタミン成分など、複数の成分がバランスよく配合されている総合感冒薬がいいでしょう。

◆はっきりした症状が1～2つなら症状に特化した医薬品を。

症状が、「熱や頭痛」、「咳」、「鼻水・鼻づまり」など、特定のものだけの場合には、解熱鎮痛薬、鎮咳去痰薬など症状に特化した医薬品を使います。

◆服用シーンや体質に合った薬選びは専門家に。

かぜ薬を選ぶ際には、右図のような症状に合った成分が配合されているかを確認するとともに、生活習慣に合う服用回数であることや、普段服用している薬との相互作用なども考慮することが大切です。

有効成分や服用回数は薬のパッケージに記載されていますが、より自分に合う薬を正しく選ぶには、薬局やドラッグストアで薬剤師や登録販売者に気軽に相談するのがいいでしょう。その際には、どんな症状があるのか、いつから続いているのか、薬に対するアレルギーがあるかなどを伝えるとともに、お薬手帳を持参すれば、服用中の薬との相互作用なども適切に判断してもらえます。

◆最初から38℃以上の高熱があるとき、重症化リスクが高い人、市販薬を5～6回服用しても症状が改善しないなら医療機関を受診して。

自分では風邪だと思っていなくても、実は違う病気が潜んでいることも。最初から38℃以上の高熱がある、強い倦怠感があるといった場合は受診が推奨されます。また、比較的軽い症状で重症化リスクが高くない人の場合には、市販薬を5～6回服用しても症状が改善しない、あるいは次第に症状が重くなるようなら医療機関の受診が必要です。

風邪のステージによる市販薬の選び方と、症状ごとの有効成分

風邪のステージ	症状	薬と成分、働きなど
風邪のひき始め		葛根湯:葛根、麻黄、桂皮などの生薬を含む。風邪の初期などの頭痛、発熱、寒気がするが汗は出ないといった症状に。発汗を促すことで熱を下げ、風邪の治癒を促す働きがある。 総合感冒薬:解熱鎮痛成分、抗ヒスタミン成分、鎮咳・去痰成分など、風邪の様々な症状に効く成分を複合的に配合しているので、一つの薬で多くの症状に対応できるメリットがある。
つらい症状が出ている時期	風邪の諸症状	
	熱・頭痛	解熱鎮痛成分:アセトアミノフェン、イブプロフェン、ロキソプロフェンなど
	咳	鎮咳成分:ジヒドロコデイン、メチルエフェドリンなど
	痰	去痰成分:プロムヘキシシ、グアイフェネシン、L-カルボシステインなど
	鼻水・鼻づまり	抗ヒスタミン成分:クロルフェニラミンマレイン酸塩、クレマスタチン fumarate など 抗コリン成分:ペラドンナ総アルカロイドなど
	のどの痛み	抗炎症成分:トラネキサム酸など
症状は治まったけれども体力が落ちている時期		補中益気湯:胃腸の働きを高めて食欲を出し、体の中のエネルギーを補い、巡らす働きがある。 十全大補湯:疲労や倦怠感、貧血、手足の冷えなどがあるときに漢方でいう「気」と「血」を補う。

(監修:千葉大学 谷口俊文先生)

comment!

～谷口先生からのコメント～

一般的な風邪なら、市販薬を服用し、ゆっくり静養すれば多くの場合自然に治ります。しかし、発熱や咳などの比較的軽い風邪症状でも、高齢者や妊婦、糖尿病などの基礎疾患がある人など、重症化リスクが高い人についてはかかりつけ医を受診する方がいいでしょう。

Advice!

<谷口先生からの総合アドバイス>

風邪はひき始めのケアが大切です。十分な静養に加え、上手に市販薬を活用し、風邪などが流行している時期には人混みでマスクを着用する、帰宅後や食事の前には手洗いをするといった、新型コロナで学んだ感染対策を行うことも大切です。

第一三共ヘルスケアのかぜ薬のご紹介

◆ ロキソニンブランド初のかぜ薬が誕生

「ロキソニン総合かぜ薬」 要指導医薬品

『ロキソプロフェンナトリウム水和物』に加えて4種※1の有効成分をバランスよく配合することで、のどの痛みや発熱、せき、鼻づまりなど、少しでも早く対処したいつらいかぜ症状に優れた効果を発揮します。

※1 ジヒドロコデインリン酸塩、*d,l*-メチルエフェドリン塩酸塩、プロムヘキシン塩酸塩、クレマスチンフマル酸塩



「ロキソニン総合かぜ薬」

この医薬品は、薬剤師から説明を受け、「使用上の注意」をよく読んでお使いください。アレルギー体質の方は、必ずご相談ください。

◆ 気になる症状に合わせて選べるかぜ薬

「ルルアタックプレミアム」シリーズ 第2類医薬品

つらい「のどの症状」「鼻の症状」「せき症状」に合わせてお選びいただけます。つばを飲むのもつらいのかぜには「EXプレミアム」、ティッシュが手放せないつらい鼻のかぜには「NXプレミアム」、夜も眠れないしつこいせきのかぜには「CXプレミアム」がおすすめです。



左から「ルルアタックEXプレミアム」、「ルルアタックNXプレミアム」、「ルルアタックCXプレミアム」

これらの医薬品は「使用上の注意」をよく読んでお使いください。アレルギー体質の方は、必ず薬剤師、登録販売者にご相談ください。

◆ 朝飲めば夜まで、夜飲めば朝まで。持続性タイプのかぜ薬

「プレコール持続性カプセル」 第2類医薬品

1日2回の服用で、長くよく効きます。胃で溶ける速攻粒※2と腸で溶ける持続粒※3が時間差で効き目を長く維持します。「プレコール」シリーズには総合かぜ薬のほかに、1日2回の服用で長く効くせき止め薬「プレコール持続性咳止めカプセル」(指定第2類医薬品)もあります。

※2 速溶性顆粒 ※3 遅溶性顆粒



「プレコール持続性カプセル」

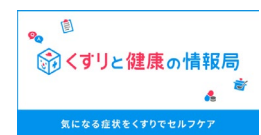
この医薬品は「使用上の注意」をよく読んでお使いください。アレルギー体質の方は、必ず薬剤師、登録販売者にご相談ください。

セルフケアのお役立ち情報を発信するウェブサイト「くすりと健康の情報局」

第一三共ヘルスケアでは、長年製薬事業に携わってきた経験と知識を生かして、情報提供サイト「くすりと健康の情報局」を運営しています。症状が起こったときだけではなく、日頃から症状の特徴や薬に関する知識を深めるコンテンツをご用意し、情報を正確かつ分かりやすく伝え、セルフケア実践の一助となるサイトを目指しています。

「今読みたい、これからのセルフケア」コンテンツの「風邪」記事内では、感染症症状の見分け方・薬の選び方や、かぜに負けない体づくりのポイントなどを紹介しています。

「くすりと健康の情報局」 <https://www.daiichisankyo-hc.co.jp/health/>



第一三共ヘルスケアについて

第一三共ヘルスケアは、第一三共グループ*の企業理念にある「多様な医療ニーズに応える医薬品を提供する」という考えのもと、生活者自ら選択し、購入できるOTC医薬品の事業を展開しています。

現在、OTC医薬品にとどまらず、機能性スキンケア・オーラルケア・食品へと事業領域を拡張し、コーポレートスローガン「Fit for You 健やかなライフスタイルをつくるパートナーへ」を掲げ、その実現に向けて取り組んでいます。

こうした事業を通じて、自分自身で健康を守り対処する「セルフケア」を推進し、誰もがより健康で美しくあり続けることのできる社会の実現に貢献します。

* 第一三共グループは、イノバティブ医薬品(新薬)・ワクチン・OTC医薬品の事業を展開しています。