

薬の副作用と思い込み

体調が悪くなったとき、表面に現れている症状だけが気になって、本人は訴えてきます。しかし、じっくり時間をかけているいろいろな可能性を考えてあげると、自分では気づかずに「まさかそんな」ということが発見できるケースも。

40歳くらいの女性。仕事内容が変わりストレスで具合が悪く、心療内科で処方された薬を飲むとひどい下痢になったそう。「どうしようか」といいます。

そこで、「服用をやめて作用がなくなると自然と治るはずだから様子を見てください」とお伝えしました。後日、それでも調子が悪いというので、詳しくお話を聴くことに。

主訴は、心療内科の薬を飲むのをやめて1週間も経つのに下痢がひどい。医師に伝えると、「1週間も経つのにそんなことは考えられない」といわれたそう。

「腸が弱いので、以前に飲んでいた病院の整腸剤を飲みたい」といったら、「気休めだからうちでは出さない」と。

自分によくないことを避けていく

そこで私は考えました。心療内科へ行くくらいだから心がデリケート。薬の副作用と本人は思っているが、別の原因があるのではと。私自身、腸が弱くてそういう人の気持ちはよく分かります。冷房が効いたところで具合が悪くなって、真っ青になって倒れたことがあるとか。冷えにはかなり敏感のようです。

「メロンやスイカ、梨や柿もおなかを冷



心療内科で処方された薬で、ひどい下痢になったという女性。よくよく話を聴いていくと、他に原因がありそうなの…。

おなかの調子が悪くなりやすい女性
相談を受けるうち本当の原因が



やすのでやめるように」というと、トマトが好きで毎朝食べているとか。オリーブ油を使ったカルパッチョなどは、油が腸の粘膜を覆ってしまうから要注意と伝えると、「私は昔から油がダメで」とボソリといいます。

さらに、「神経を使うと、動かなくてもいいときに胃や腸が蠕動運動を起こし、水分を吸収する前に出てしまうので、軟便下痢になってしまうことが多い」とも伝えました。

ライブによく行くが、トイレがない会場もあり、そんなときはトイレがないと思うだけでおなかがキュルキュル。今からどうしようと考えてしまうとか。

ここまで聴き出すのにしばらくかかったものの、まさしく神経を使い過ぎたの症状です。「先の副作用とと思っていた下痢も、薬のせいにはしないこと。病気ではなくて、自分のからだはそういう体質なのだと思えば、自分によくないことを避けていけばいいだけの話。“また始まった例のヤツ、”と思うようにしてください」と。

すると、ずいぶん表情が明るくなって帰って行きました。

宮川薬局(宮城県仙台市)代表
薬学博士・薬剤師

みやがわとしじ
宮川季士先生

プロフィール

1976(昭和51)年、東北薬科大学(現・東北医科薬科大学)卒業。'78(同53)年、同大学大学院修士課程修了。'87(同62)年、薬学博士学位。地域に根ざしたおクスリ屋さんとして、多くのファンが。「新しい年も、健康第一で過ごしましょう」

