

風邪薬、なぜ医師は飲まない？ 市販薬はもっと危険？ かえって悪化や治りが遅くなる懸念も

日本人は風邪をひくと、多くの場合は病院で受診する。学校や会社に診断書を提出しなければならないケースもあるのかもしれないが、本来、風邪程度で病院に行くべきではない。

そもそも「風邪」という病名はないが、一般的に風邪といわれるのは、「普通感冒」のことを指すことが多い。

普通感冒の症状としては、のどの痛みやくしゃみ、鼻みず、鼻づまり、頭痛、悪寒などで、発熱や嘔吐、下痢を伴うこともある。その原因は、9割以上がなんらかのウイルスで、ライノウイルスやコロナウイルス、RSウイルスなどが多く、複数のウイルスに同時に感染することもある。

冒頭で「本来、風邪程度で病院に行くべきではない」と述べた理由は、これらのウイルスに効果がある薬は、ほとんどないのが実情だからだ。風邪の諸症状が現れたとき、抗生物質を飲む人が多いようだが、抗生物質は細菌を死滅させる効果はあるがウイルスにはまったく効かない。つまり、風邪に対してはまったく無意味であり、さらにいえば体内の有用な菌を殺して免疫力を下げ、治りが悪くなる可能性すらある。

当然、多くの医師はそのことを熟知しているはずで、風邪と診断しながら抗生物質を処方することはあり得ない。「とりあえず抗生物質を出しておきましょう」などと言う医師がよいものなら、二度とその病院に通ってはならない。ちなみに、筆者が独自に首都圏の大学病院、総合病院、個人医院の医師30人にアンケートをとったところ、風邪をひいたら薬を飲むという人はいなかった。

【風邪をひいたら薬を飲むか】

薬を必ず飲む人…0人

症状がひどく、どうしても休めないときに症状を緩和する薬を飲む…8人

絶対に飲まない…22人

また、「風邪で来院した患者に対して抗生物質を処方するか」との質問に対しては、ほぼ全員が「基本的には処方しない」と答えたが、処方する場合もあるという。そこで、どのようなケースで抗生物質を処方するのか聞いたところ、「肺炎など、合併症のリスクを抑える必要があると判断した場合」との回答が多かった。また、「薬を処方しないと苦情を言う患者に処方したことがある」と明かした人もいる。

発熱があると、頭がぼーっとしたり関節が痛むなどの不快な症状が伴うため、解熱剤を飲むという意見をよく耳にする。しかし、発熱は体がウイルスなどの異物を撃退するための反応であり、その熱を下げてしまうとウイルスが体内で活発化しかねない。また、急激に高熱が出た場合は、インフルエンザや肺炎などにかかっている可能性もあるが、そのような場合に解熱剤を飲んでしまうと病気に気づくのが遅れてしまう。

病院に行くべきではないとはいえ、素人判断で市販薬を飲むのはもっと危険だ。一般的にドラッグストアなどで売られている風邪薬は、複数の症状を抑えることができるように多くの薬が配合されている。そのため、不要な成分まで取り込むことになり、副作用のリスクが高まるだけだ。我慢できないような症状でない限り、温かくしてゆっくり寝るのが一番よい。

まとめると、風邪（ウイルス）に有効な薬はない。インフルエンザなど、一部のウイルスに対して有用性を示す薬は存在する。症状を抑えることはできても、風邪を治すことはできない。市販薬は絶対に飲んではいけない。

薬の濫用によって、耐性菌も次々に誕生する事態を引き起こしかねない。また、国の医療費も拡大し続けている今、医療機関との付き合い方、薬の飲み方は国家レベルで見直さなければならぬだろう。

(文=村上純一/医療ジャーナリスト)