

# 麦門冬

養陰潤肺…乾咳・粘稠質の痰に用いる。  
 益胃生津…胃部熱感の口渇に用いる。  
 清心除煩…焦燥感のある不眠に用いる。

- スポーツなど身体をよく使う
- 疲れやすく、体がだるい
- 汗をかき、体力を消耗しやすい
- 眠りが浅く、よく夢を見る
- 動悸・息切れがある
- 手・足の裏がほてる
- 空咳をする
- 便秘気味である



イスクラ産業株式会社

麦味参顆粒  
 30包 5,830円  
 60包 10,560円



東洋漢方製薬  
 麦門冬湯  
 12包 2,860円

乾燥に伴う  
 こみ上げてくる咳や  
 喉の異物感に

- のどが湯きやすい
- 咳がこみ上げてくる
- 痰に血が混じることがある
- のどに異物感がある
- しゃっくりが出やすい
- 食後に咳がでやすい

心肺機能を高めるために  
 作られた中医薬「生脈散」

咳に使われる  
 代表的な  
**生薬**

- 激しくせき込む
- 下気道から深い咳がでる
- 気管支が敏感になっている
- 気管支が狭くなり、喘鳴  
 (ゼーゼー・ヒューヒュー) がする
- 痰が出にくい

和漢薬エキス  
 &  
 気管支拡張薬配合の専門薬  
 せき・たん・ぜんそく



アスゲン散EX  
 16包 1,705円  
 30包 3,025円  
 90包 7,535円

●錠剤タイプもあります

こもった熱を鎮め  
 せき・たんをしっかり抑える  
 漢方薬

イスクラ産業株式会社

麻杏止咳顆粒  
 45包 4,400円



発汗解表…悪寒を伴う感冒の発熱・頭痛に用いる。  
 宣肺平喘…呼吸器機能低下による咳に用いる。  
 利尿消腫…感冒に伴う浮腫に用いる。

# 麻黄

# たんとせき

# 去痰と鎮咳

鼻腔から肺までつながる気道は、線毛をもった細胞に粘膜が覆われ、分泌される粘液とともに、ホコリやウイルスなどの異物が肺へ侵入するのを防衛しています。粘液は異物からめとられ、ベルトコンベアで痰です。線毛は、ベルトコンベアのような動きで痰を追い出します。痰は約90%が水分、残りの多くがムチンと呼ばれる粘液成分です。ムチンには、サラサラ成分とネバネバ成分がバランス良く存在しています。通常、少量でサラサラ成分が多い粘液は線毛で流され、嚥下されますが、異物が増えたとネバネバ成分が増えて痰が線毛にへばりつきます。そうなる前線毛がうまく痰を排泄できなくなり、ジェット気流で強制的に吐き出そうと身体が反射的に働きます。これが咳です。

「ゴホン」の咳1回で2kcal消費すると言われています。1分間に2回の咳が1時間続くと、240kcalを消費します。これは、体重50kgの人が1時間軽いジョギングした時の消費カロリーに相当します。長引く咳の改善には、原因となっている痰を排泄すること（去痰）も大切なことです。また、風邪などの呼吸器感染症の場合は、通常二週間程度で症状が落ちついてきます。しかし、鼻に炎症が残ると蓄膿症（副鼻腔炎）となり、ネバネバ成分の多い鼻水が喉に流れて痰のようにへばりつく、後鼻漏で咳が長引くことがあります。辛いのは痰ですか？ それとも咳ですか？ それはまた鼻水ですか？ あなたの症状に合わせた薬が自然の防衛隊の力を後押ししてくれます。まずは、薬局・薬店の専門家に相談してみましよう。

# その症状、せきぜんそくかも…?

- ☑ 喘鳴(せいぜい・ヒューヒュー)や痰の無い乾いた咳が8週間以上続いている
- ☑ 台風や季節の変わり目に咳が悪化する
- ☑ 夜間や明け方に咳が出る
- ☑ 冷気、たばこの煙、ハウスダスト等により咳込みやすい



長引く咳はカラダが知らせる注意信号です！



薬剤師・宮野訓夫

気になる方はお気軽にご相談ください。  
 様々な咳にあった処方をご提案します。