



健やか豆知識

第13回

**Q. エアロゾルタイプ
(ガスとともに、シュッと薬剤が噴霧されるタイプ)の
吸入薬は深く吸って、ゆっくり吐きますが、
吸うときの速さで正しいのはどれでしょうか。**

- Ⅰ ふだんの呼吸の速さで吸う Ⅱ すばやく吸う Ⅲ ゆっくり吸う



高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

— 人びとの健康を願って —
高田製薬株式会社

ぜん息の吸入薬は、正しく使いましょう!

アレルギーの病気は、お薬の開発が進んで劇的にコントロールできるようになりました。とくにぜん息管理の向上は目覚ましく、ついにぜん息の発作で亡くなる子どもはゼロとなりました。

近年、お薬の管理の上で注目されているのがアドヒアランスの向上です。アドヒアランスとは、「患者が医師といっしょに治療の方法を決めて、患者自ら積極的に治療を進めること」です。子どものアドヒアランス向上には、年齢に応じた指導だけでなく、服薬させる保護者の理解も重要です。医薬品特有の苦味、酸味、におい、舌触り等は、子どもの服薬アドヒアランスを著しく低下させます。医師や看護師、薬剤師らとコミュニケーションを密に取り、お薬が飲めないことに悩んだら相談しましょう。病気への理解を深めることはアドヒアランス向上につながります。

ぜん息の治療においては、吸入薬の正しい吸入方法を学ぶことも大切です。とくにエアロゾルタイプの吸入薬は、スプレー(筒状の吸入補助器具)を用いて吸入することが、治療ガイドラインで推奨されています。正しく使わないとお薬が気道に届かず、思ったような効果が得られません。

主な吸入薬の正しい使い方は、①吸入薬を数回よく振り、②スプレーに正しくセットして、③正しい吸入姿勢をとり、④十分に息を吐き出し、⑤ポンペを押し薬剤がスプレー内に噴霧されたら、ふだんの呼吸の速度で深く吸い、⑥3～5秒間、息を止めて、⑦ゆっくり鼻から息を出します。

詳しい使い方は医師や看護師、薬剤師に確認して、正しく使えるようにしましょう。

監修 **今井 孝成** 昭和大学医学部小児科 教授

さらに詳しい情報は
ホームページで!



< 正解 Ⅰ ふだんの呼吸の速さで吸う >

クイズの解説

薬剤が噴霧される(エアロゾル)タイプの吸入薬は、薬剤の噴霧と息を吸うタイミングを合わせることが重要あり、このタイミングがうまくいかないと、薬剤の肺への到達率は大きく減少し、効果が得られないことがあります。子どもや高齢者は、タイミングを合わせるのが難しい場合がありますので、吸入補助器具(スプレー)の使用が推奨されています。

スプレーは、エアロゾルタイプの吸入薬に取り付けて使用する筒状の容器で、噴霧された薬剤をいったんスプレーの中に貯めてから吸入します。自分のペース(ふだんの呼吸の速さ)で吸入することができるため、タイミングを合わせる必要がなくなります。

※スプレーは、基本的には医者から指示があったときに使用します。

お薬に悩んだら、医師や看護師、薬剤師に相談して、正しく服薬できるようにしましょう。

スプレーを用いた吸入方法の注意点

※小児気管支喘息治療・管理ガイドライン2017
(2019年改訂版)より引用改変

- ① スプレーの中に複数回の噴霧をしないこと
- ② 噴霧後は速やかに吸入すること
- ③ マスク付きスプレーを使用する際には、マスクを顔に密着させること
- ④ 静電気を生じさせないように取り扱うこと
 - ・使用前にスプレーを擦らない
 - ・食器用洗剤を用いて洗浄して自然乾燥させる
 - ・静電気が生じにくい素材でできたスプレーをもちいること

アドヒアランスが重要視される理由

※アドヒアランス：患者が医師といっしょに治療の方針を決めて、患者自ら積極的に治療を進めること

患者が服薬の意義や内容を理解しないままに治療を受けていると、処方された医薬品が適正に使用されない場合があります。例えば、服薬が手間で飲まない、飲み忘れる、患者自身が効果を実感していない、一時的な症状改善などを理由に自己判断で服用を中止する、薬を指示より多く飲んでしまう、残薬があるなどです。処方された医薬品が適切に使用されないと、症状の悪化、それまでの治療効果の減少・消失など大きな損失に結びつきます。

アドヒアランスの向上に取り組むことで、医師と患者がコミュニケーションを取りながら薬剤を選択し、患者は医師、薬剤師から提供された薬の情報に納得した上で服薬を行います。患者は、薬の効果や副作用の説明を十分うけたうえで薬の決定をし、服薬するわけですから、自己判断による服薬中断や飲み忘れが減ります。患者自身が病気や治療の意義をきちんと理解し、治療に積極的に参加し、実行可能な薬物療法を計画、実行することが大切です。