

# 令和6年度 登録販売者生涯学習研修確認テスト 第1講座『この症状、ストレスかも』

注意！：受診勧奨の際、私達は診断ができないので、思い当たる病名などを口に出さないように注意しましょう。



## 問1. 【受診勧奨】受診勧奨が適当な症状に○を記入して下さい。

(1) 受診を勧めるべき生命に関わる緊急性の高い重大な症状ではないか？

- ① 精神的ストレスのせい、日を追うごとにだんだん頭痛がひどくなっている。
- ② 精神的ストレスのせい、血圧が高め。だるくて食欲もない。朝、まぶたが腫れっぽい。
- ③ 疲れやすくて力が出ない。ストレスのある時は症状がはっきりする。血圧は以前より低く、体重も減少傾向。皮膚、爪床、口腔内に色素沈着がみられる。

(2) その他、受診を勧めるべき症状ではないか？

- ① この半月くらい、以前は好きだったことも楽しめず、やる気が起きない。夕方から夜にかけて軽くなるが、午前中は特につらい。食欲低下、動悸等の自律神経症状もみられ、以前とは違う。
- ② もう3か月以上も前の出来事なのに、何の気なく歩いたり人と話していたりするときに、急にタイムスリップしたかのようにあのときの恐怖を再体験してしまいます。
- ③ 仕事をすると、睡眠や休息では改善しない強い疲れと様々な症状で、日常生活を送ることができなくなる。
- ④ 寝床に入る時刻はいつも同じなのに、最近は寝つくのに時間がかかることが週3日以上あって、そのぶん日中に、仕事をしていて眠くなる。
- ⑤ 全身がだるく、頭もスッキリしない。体温が低く、皮膚が乾燥して、暑い日でも汗をかかなくなった。むくみやすく便秘がちになり、体重が増えている。
- ⑥ 精神的ストレスのせい、腹痛を伴ってたびたび下痢をするようになった。便に血と粘液が混じっている。

## 問2. 【セルフメディケーションでも対応できるストレス】空欄に当てはまる適語を下欄から選んで下さい。

「適応障害」は、ストレスが原因で心身のバランスが崩れ、社会生活に情緒面と行動面で支障をきたす。進学後のGW明けの不調は「5月病」、就職後の新人研修明け6月頃の不調は「6月病」と呼ばれることがある。休みの日には憂うつ気分も少し楽になり、趣味を楽しむことができるのであれば、OTCを使う機会がある。

カノコソウ・ホップ・パッシフロラ（クイナ）などを配合した（①）は、神経の緊張をほぐして興奮をしずめ、緊張感・いらいら感やそれらに伴う頭重・疲労感などの神経症状に、麝香・牛黄・沈香・人参・動物胆・龍腦などを配合した（②）は、五臓の働きが弱まったりバランスが崩れたりしたときの動悸・息切れ・めまい・立ちくらみ・寝汗・手足の冷え・肩こり・不眠・疲労感等に。

生薬以外では、ブロモバレリル尿素やアリルイソプロピルアセチル尿素が、（③）に配合されている。

また、「ストレスが多く、眠れない」、「疲れているのに、神経が高ぶって寝つけない」、「心配ごとがあつて、夜中に目が覚める」、「不規則な生活で、睡眠リズムが狂い、寝つけない」といった、持続期間が一週間を超えない、精神疾患等病的な原因のない人が経験する一過性の不眠（一時的な不眠）に、（④）が使える。

- A. 催眠薬    B. 睡眠改善薬    C. 「催眠」を目的としない鎮静薬    D. 植物性鎮静薬    E. 五疳強心薬

## 問3. 【一般用医薬品の使い分け】

(1) 「神経症」を効能・効果に持つ漢方薬の例を示した。適当な処方を下欄から選んで下さい。

体力中等度以上	体力中等度	体力中等度以下	
おうれんげどくとう ・黄連解毒湯 さいこかりゅうこつぼれいとう ・柴胡加竜骨牡蛎湯 ・（①） しぎやくさん ・四逆散 ださいいこきよだいおうとう ・大柴胡去大黃湯 ださいいことう ・大柴胡湯〔体力充実〕	・（②） ちようとうさん ・釣藤散 かいせいかんとう ・柴胡清肝湯 はんげしゃんとう ・半夏瀉心湯 しょうさいごうはん ・柴朴湯（小柴胡合半） うんせいいん ・温清飲 げこうぼくとう 夏厚朴湯 ぶくかんざん やくかんざんかちんびほんげ ・抑肝散、抑肝散加陳皮半夏（中等度めやす） はんげこうぼくとう ・半夏厚朴湯〔中等度めやす〕	かんぼうたいそうとう ・甘麦大棗湯 ・（③） ・（④） けいしかりゅうこつぼれいとう ・桂枝加竜骨牡蛎湯 りょうけいじゆつかんとう ・苓桂朮甘湯	・（⑤） きひとう ・帰脾湯、加味帰脾湯 しょうようさん しみょうようさん ・逍遙散、加味逍遙散 うんたんとう かみうんたんとう ・温胆湯、加味温胆湯

- A. 生姜瀉心湯    B. 甘草瀉心湯    C. 女神散（安栄湯）    D. 温経湯    E. 柴胡桂枝乾姜湯    F. 酸棗仁湯

(2) 次の説明の作用をもつ成分を下欄から選んで下さい。

- ①体内でB rイオンを遊離し、神経細胞の興奮性を抑制することにより、鎮静・催眠作用を示す。早く効くが、持続時間は短い。
- ②視床下部後部から伸びている上行性神経によって調節されている覚醒システムを抑制、眠気を催す。
- ③作用機序は明らかでないが、鎮静、鎮痙、駆風薬として、ヒステリー症、心悸亢進時に用いられる。西洋においては同属のバレリアンにチャボトケイソウ（パッシフローラ）、ホップ等を配合して使用されてきた。
- ④作用機序は明らかでないが、興奮、強心、鎮痙、鎮静、排膿、解毒薬として、<sup>しんこん</sup>神昏してうわごとを言うもの、小児の驚癇、神経衰弱症、心腹痛、打撲損傷、その他危急の症に応用する。
- ⑤作用機序は明らかでないが、鎮静、解熱、抗炎症薬として、高熱による頭痛、うわごと、痙攣、<sup>ちくじやく</sup>播擲（ひきつけや痙攣）などに応用し、また血圧降下作用があるので、高血圧症、脳溢血、脳膜炎などにも用いられる。

A. ジフェンヒドラミン塩酸塩 B. プロモバレリル尿素 C. <sup>じゃこう</sup>麝香 D. <sup>れいようかく</sup>羚羊角 E. カノコソウ（吉草根）

問4. 【患者情報確認・生活スタイル】一般用医薬品の添付文書に照らして、適当な語句を選んで下さい。

- ・一般用で（ ① ）に分類される医薬品は、「妊婦又は妊娠していると思われる人」は、服用できない。
- ・（ ② ）を配合する医薬品には、母乳を通して乳児の昏睡がみられたとの報告があり、授乳中の人は服用しないか、服用する場合は授乳を避けるべき旨が記載されている。
- ・（ ③ ）を配合する既存の鎮静薬は、「妊婦又は妊娠していると思われる人」は相談するように記載されているが、医療用の添付文書では胎児障害の可能性のあることから、「使用しないことが望ましい」とされている。また、「呼吸機能低下」の診断を受けた人は相談するよう記載されている製品がある。
- ・（ ④ ）（感應丸等）の使用上の注意には、「妊婦又は妊娠していると思われる人」は、「相談する事」になっている。成分の（ ⑤ ）は、その開竅作用等による早流産のおそれから、古来妊婦には使用しない。
- ・（ ⑥ ）は、その清熱（炎症を鎮め、充血を除く）の働きから、「体の虚弱な人（体力の衰えている人、体の弱い人）」は相談することになっている。
- ・<sup>きひとう</sup>帰脾湯、<sup>かみきひとう</sup>加味帰脾湯、（ ⑦ ）等、1日量1g以上の<sup>おんじ</sup>遠志を配合する処方は、（ ⑧ ）の検査値に影響を及ぼすおそれがある。
- ・（ ⑨ ）は、通常、<sup>だいおう</sup>大黃が配合されており、その成分の一部は母乳中に移行し、乳児に下痢を起こさせることがあるため、「授乳中の人は本剤を服用しないか、本剤を服用する場合は授乳を避けること」と、また、子宮収縮を誘発するおそれがあるため、「妊婦又は妊娠していると思われる人」は相談するよう記載がある。
- ・（ ⑩ ）は、気分が晴れない人によいとされている食品だが、薬物代謝酵素を誘導し、インジナビル（抗HIV薬）、ジゴキシン（強心薬）、シクロスポリン（免疫抑制薬）、テオフィリン（気管支拡張薬）、ワルファリン（血液凝固防止薬）、経口避妊薬の血中濃度を低下させ、これらの併用薬の作用を弱めるおそれがある。

A. 五疳強心薬 B. 生薬のみからなる鎮静薬 C. 睡眠改善薬 D. カノコソウ E. プロモバレリル尿素  
 F. ジフェンヒドラミン塩酸塩 G. <sup>じゃこう</sup>麝香 H. セントジョーンズワート（<sup>せいようおとぎりそう</sup>西洋弟切草） I. <sup>おうれんげどくとう</sup>黄連解毒湯  
 J. <sup>かみうんたんとう</sup>加味温胆湯 K. <sup>さいこかりゅうこつほれいとう</sup>柴胡加竜骨牡蠣湯 L. 心臓病 M. 糖尿病 N. 肝臓病 O. 腎臓病

問5. 【アドバイス】次の文章が正しいものには○を、誤っているものには×を、（ ）の中に記入して下さい。

- ① リラクセーション効果を得るための運動では、息が上がるくらいの有酸素運動をする必要がある。
- ② じっと座って自分の呼吸の数を数えたり、周囲の音を注意深く聞いたりすることは、ストレスの元を頭の中から締め出すのに役立ちます。
- ③ 大事な人に感謝の手紙を送ったり、プレゼントを用意したりすることを考えても、ストレスは軽減できない。
- ④ 朝、太陽の光を浴びる時刻を調節すると、睡眠の時間帯を調節するのに役立ちます。
- ⑤ プロモバレリル尿素は蓄積しやすく、依存や中毒を生じるおそれがあるので、必要な時に記載された用法用量の範囲で使用し、長期連用しないでください。