



**第6講座『肩こり、筋肉痛、腰痛、関節痛』（寒気や発熱が著明なものを除く）**

問1. 【**受診勧奨**】お客様から、体の痛みについての相談を受けました。**受診勧奨が適切と思われる症状には○を、セルフメディケーションが可能なら×を記入して下さい。**

(1) 受診を勧めるべき生命に関わる重大な疾病の症状ではないか？

- ①手足や身体の筋肉が痛んだり強張ったりする。尿の色が赤褐色になっている。
- ②安静にしても腰の痛みが治まらない。

(2) その他、受診を勧めるべき疾病の症状ではないか？

- ①尻もちをついた拍子に背中に痛みが起こった。痛みはだんだん楽になっているが、背中が丸まり身長が低くなった気がする。(閉経後の女性)
- ②ピアノを持ち上げて移動しようとしたら腰が痛むようになり、お尻から下肢にかけてしびれもある。
- ③しばらく歩くと脚が痛くなったり、しびれたり、こわばったりしてくる。しゃがんだり座ったりすると症状はすぐになくなる。前かがみの状態だと症状が出にくいようだ。
- ④関節周囲に無理な力が加わって「ポキッ」という音が。痛くて関節を動かすことができず、だんだん腫れてきている。
- ⑤膝の痛みは起立時と歩き始めだけだったが、正座や階段の昇降もつらくなってきた。
- ⑥両手の同じ辺りの指の関節が腫れ、朝起きた時にこわばりを感じる。(足に症状が出る場合もある)
- ⑦昨夜の飲み会でぶつけた？急に足の親指の付け根が赤く腫れて痛くなった。

問2. 【**セルフメディケーションでも対応できる体の痛み**】( ) に当てはまる適語を下欄から選んで下さい。

- (1) 前かがみになったり、長時間同じ姿勢を続けたりすることにより、腰の筋肉の疲労や緊張で血流が悪くなって疲労物質が溜まり、腰の下の方に重くてだるい痛みが起こる場合には、サリチル酸メチル、( ① )、ノナン酸パニリルアミド、( ② ) 等を含有する ( ③ ) 湿布や塗布剤により血行の促進を図るとよい。
- (2) 捻挫したと思われるときはまず冷却。腫れがそれほど目立たず、痛みも我慢できる程度で、関節が不安定でないなら、( ④ )、サンシシ、( ⑤ ) 等を含有する ( ⑥ ) 湿布等を利用して様子を見るのもよい。

- A. インドメタシン B. ニコチン酸ベンジルエステル C. トウガラシチンキ D. オウバク E. 冷 F. 温

問3. 【**肩こり、筋肉痛、腰痛又は関節痛の効能・効果を持つ一般用医薬品の主作用の特徴**】

(1) **外用消炎鎮痛薬（塗布薬）の成分の主作用の特徴に対する正しい成分を下欄から選んで下さい。**

- ① 臭いは独特で患部の血流を改善し、一部は代謝されてプロスタグランジンの合成阻害が期待される。
- ② 血行促進・抗炎症・鎮痛作用等があり、捻挫など外傷後の筋肉痛、関節炎等に有効。皮膚の保湿等にも有効。
- ③ カプサイシンから化学合成され、局所温感刺激作用を有し、末梢血管を拡張し、血行を改善する。
- ④ アラキドン酸カスケードにおいて、シクロオキシゲナーゼを阻害し、炎症や痛みの発生・増強に関与するプロスタグランジンの産生を抑制する。

- A. サリチル酸メチル B. ノナン酸パニリルアミド※ C. ヘパリン類似物質 D. インドメタシン

※：ノニル酸ワニリルアミド。令和3年に外用鎮痛消炎薬の製造販売承認基準が制定され、この名称が一般的に。

(2) **内服薬の成分の主作用の特徴に対する正しい成分を下欄から選んで下さい。**

- ① 末梢血行改善による肩・首すじのこり、手足のしびれ等の緩和。
- ② 神経機能改善による神経痛、筋肉痛・関節痛(腰痛、肩こり、五十肩など)、手足のしびれ等の緩和。
- ③ 末梢性神経修復による神経痛、筋肉痛・関節痛(腰痛、肩こり、五十肩など)、手足のしびれ等の緩和。
- ④ 痛みなどの刺激が伝わる神経の反射をおさえ、筋肉の異常な緊張やこりを除いて痛みを緩和。
- ⑤ 身体の弾力性保持や物理的なクッションの役割、保水性などの働きがある。さらに細胞の新陳代謝に関与。

- A. ビタミンA B. ビタミンB<sub>1</sub> C. ビタミンB<sub>12</sub> D. コンドロイチン硫酸 Na E. ビタミンE F. メトカルバモール

(3) 承認基準に基づく漢方製剤の効能・効果です。対応する正しい処方名を下欄から選んで下さい。

- ① 体力中等度以上で、むくみがあり、のどが渇き、汗が出て、ときに尿量が減少するものの次の諸症：むくみ、関節のはれや痛み、関節炎、湿疹・皮膚炎、夜尿症、目のかゆみ・痛み
- ② 体力中等度で、痛みがあり、ときにしびれがあるものの次の諸症：関節痛、神経痛、腰痛、筋肉痛
- ③ 体力中等度なものの次の諸症：関節痛、神経痛、筋肉痛、いぼ、手足のあれ(手足の湿疹・皮膚炎)
- ④ 体力中等度又はやや虚弱で、冷えがあるものの次の諸症：胃腸炎、腰痛、神経痛、関節痛、月経痛、頭痛、更年期障害、感冒
- ⑤ 体力中等度以下で、疲れやすく、汗のかきやすい傾向があるものの次の諸症：肥満に伴う関節の腫れや痛み、むくみ、多汗症、肥満症(筋肉にしまりのない、いわゆる水ぶとり)
- ⑥ 体力虚弱で、汗が出、手足が冷えてこわばり、ときに尿量が少ないものの次の諸症：関節痛、神経痛

A. 桂枝加朮附湯 B. 越婢加朮湯 C. 五積散 D. 疎経活血湯 E. 麻杏薤甘湯 F. 防已黄耆湯

問4. 【患者情報確認】使用上の注意に照らして最も適当な成分を下欄から選んで下さい。(要指導・第1類を除く)

- ・越婢加朮附湯、越婢加朮湯、五積散、薏苡仁湯等には、( ① ) が配合されており、交感神経刺激作用により、「体の虚弱な人」、「胃腸の弱い人」、「発汗傾向の著しい人」、「高齢者」、「排尿困難のある人」、「高血圧、心臓病、腎臓病又は甲状腺機能障害の診断を受けた人」には注意が必要である(相談すること)。
- ・越婢加朮附湯、桂枝加朮附湯、八味地黄丸、牛車腎気丸等には、( ② ) が配合されており、陽虚で冷えている人が使う処方であるから、「のぼせが強く赤ら顔で体力の充実している人」は相談するよう記載がある。
- ・イブプロフェン、( ③ )、アスピリン、アスピリンアルミニウム、サザピリン又はサリチル酸ナトリウムを含有する解熱鎮痛薬(内服薬)は、15歳未満の小児に使用できない。
- ・サリチルアミド又は( ④ ) を含有する製剤には、水痘(水ぼうそう)若しくはインフルエンザにかかっている又はその疑いのある乳・幼・小児(15歳未満)は使用前に相談するよう、明記されている。
- ・アスピリン、アスピリンアルミニウム、アルミノプロフェン、( ⑤ ) 製剤は、出産予定12週以内は使用できない。
- ・鎮静成分、( ⑥ ) 等を含有する製剤は、服用後、乗物又は機械類の運転操作をしてはならない。
- ・NSAIDs 外皮用消炎鎮痛薬の年齢制限は15歳未満(インドメタシン製剤のうち、塗布剤、エアゾール剤、3.75g/m<sup>2</sup>貼付剤は「11歳未満」)。a「ぜんそくを起こしたことがある人」、b「妊婦又は妊娠していると思われる人」は使用できないものが多い。しかし、aについては( ⑦ ) 製剤のみ「本剤又は他の解熱鎮痛薬、かぜ薬、外皮用鎮痛消炎薬を使用して」という前置きが付され、「気管支ぜんそく」の診断を受けた人は相談するよう記載されているに過ぎない。bについては、( ⑦ ) 製剤とインドメタシン製剤は相談事項になっている。
- ・( ⑧ ) の貼付剤は、使用上の注意の相談事項に「他の医薬品を使用している人」、同じ貼付剤で「かぶれ等を起こしたことがある人、医療用の内服薬の記載内容(禁忌、併用禁忌、併用注意)が加えられている。
- ・( ⑨ ) 配合の塗布剤には、「1週間あたり50gを超えて使用しないこと」の制限の記載がない。
- ・( ⑩ ) は、「出血ししやすい又は出血が止まりにくい人」は使用できない。

A. マオウ B. 加エブシ C. ヘパリン類似物質 D. イブプロフェン E. アルミノプロフェン  
F. エテンザミド G. インドメタシン H. ジクロフェナクナトリウム I. ケトプロフェン J. フェルビナク  
K. ピロキシカム L. ロキソプロフェンナトリウム水和物 M. メトカルバモール

問5. 【アドバイス】次のアドバイスが正しいなら○を、誤っているものには×を記入して下さい。

- ①ケトプロフェン製剤の使用時は天候にかかわらず戸外活動を避け、使用以後は日常の外出時も当分の間、塗布部・貼付部を紫外線に当てないように注意してください。
- ②化膿している患部の痛みにも、インドメタシンを含有している外用消炎鎮痛薬を使用できる。
- ③痛み止めの貼付剤を使用する人の皮膚が弱いのであれば、使用前に腕の内側(皮膚の弱い所)に、1~2cm角の小片を半日以上貼り、皮膚に異常が起きないことを確かめてください。
- ④インドメタシンを含有している貼付剤には、連続して1か月以上使用しないよう書いてあります。
- ⑤温感の貼り薬は、貼った部分をこたつや電気毛布等で温めると、温感効果が高まるので試してみてください。