



本日の内容

I. 口やのどの異常

1. のどの構造とがん

2. 各疾患と一部のセルフメディケーション

- ①ステーブンス・ジョンソン症候群 ②尋常性天疱瘡 ③白板症 ④紅板症 ⑤ペーチェット病
⑥再発性アフタ ⑦口腔カンジダ症 ⑧扁平苔癬
⑨ウイルス性疾患(①ヘルペス性口内炎 ②帯状疱疹 ③手足口病 ④ヘルパンギーナ)
⑩シェーグレン症候群 ⑪口腔乾燥症

3. 症状: ①炎症 ②かわき ③歯茎の出血

《参考》 歯周病と全身症状

《参考》 糖尿病と口の症状

《参考》 漢方の舌診

II. 治療のトリアージ: セルフメディケーション(OTC医薬品)? / 受診?

口やのどにも関連する漢方薬

III. 養生

2025©Sachie Sugimoto

本日の内容

I. 口やのどの異常

1. のどの構造とがん

2. 各疾患と一部のセルフメディケーション

- ①ステーブンス・ジョンソン症候群 ②尋常性天疱瘡 ③白板症 ④紅板症 ⑤ペーチェット病
⑥再発性アフタ ⑦口腔カンジダ症 ⑧扁平苔癬
⑨ウイルス性疾患(①ヘルペス性口内炎 ②帯状疱疹 ③手足口病 ④ヘルパンギーナ)
⑩シェーグレン症候群 ⑪口腔乾燥症

3. 症状: ①炎症 ②かわき ③歯茎の出血

《参考》 歯周病と全身症状

《参考》 糖尿病と口の症状

《参考》 漢方の舌診

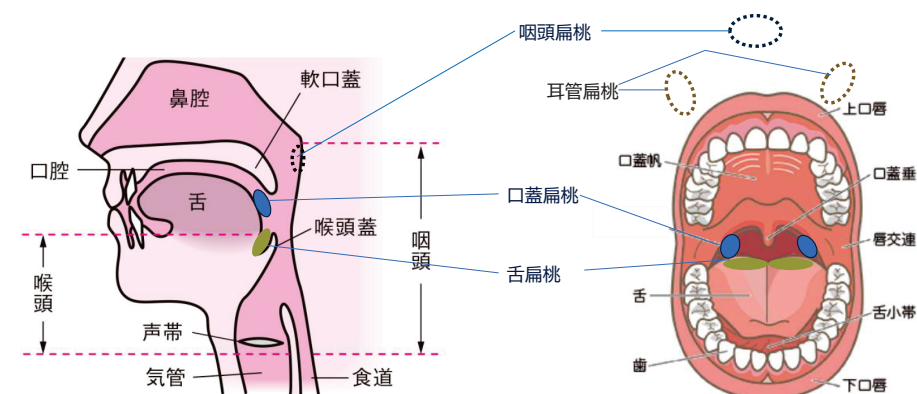
II. 治療のトリアージ: セルフメディケーション(OTC医薬品)? / 受診?

口やのどにも関連する漢方薬

III. 養生

2025©Sachie Sugimoto

口とのどの構造

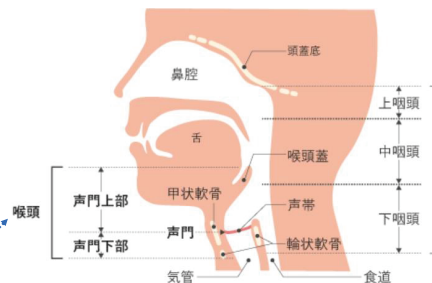


扁桃: のどにあるリンパ組織で、ウイルスや細菌などがからだに侵入しないよう防御する役割を担っている。いわゆる扁桃腺として知られる口蓋扁桃のほか、咽頭扁桃(アデノイド扁桃)、舌扁桃、耳管扁桃といった扁桃組織がのどを取り囲んでいる。

2025©Sachie Sugimoto

イラスト転用 看護roo!

咽頭と喉頭 (喉頭の働き:呼吸、発声、嚥下)



咽頭

【喉頭】のどの奥にある空気の入出口。気道に蓋をする喉頭蓋、「のどぼとけ」とよばれる甲狀軟骨、その下の輪状軟骨からなる。甲狀軟骨の内側には声帯があり、甲狀軟骨は舌を支える舌骨にぶら下がっている。物を飲み込むときは甲狀軟骨を引き上げて喉頭蓋を押し倒し、食物が気道へ入るのを防いでいる。

2025©SachieSugimoto

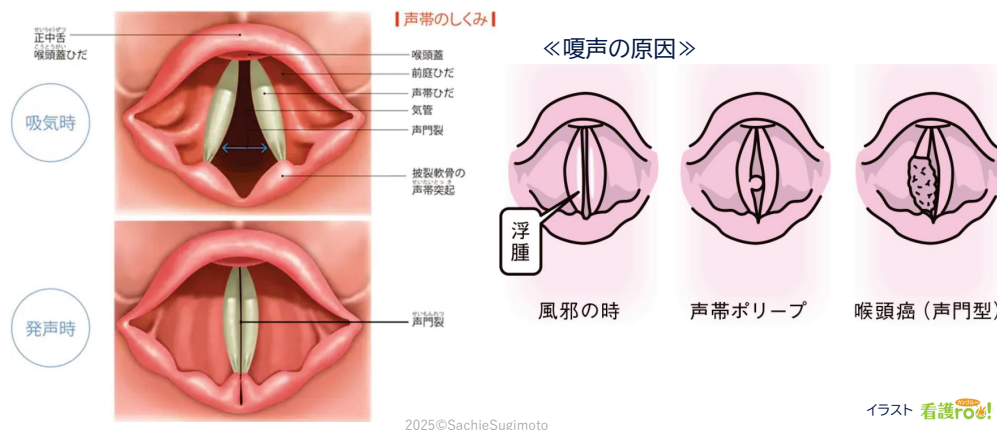
【咽頭】鼻腔、口腔に続き、下方は喉頭、食道に至る管腔で、気道および消化管の一部である。

上咽頭: 鼻腔からの空気の通り道であり、上方は頭蓋底より下方は軟口蓋の高さまでの領域で、咽頭扁桃が存在する。

中咽頭: 上方は軟口蓋の高さで、下方は舌骨大角の高さまで、垂直にした喉頭蓋の先端の高さと同程度である。口蓋垂、口蓋扁桃、舌扁桃が存在する。

下咽頭: 上方は舌骨大角の高さで、喉頭蓋谷に始まり、輪状軟骨下縁の高さまでで食道に続く部分である。前方に喉頭がある。

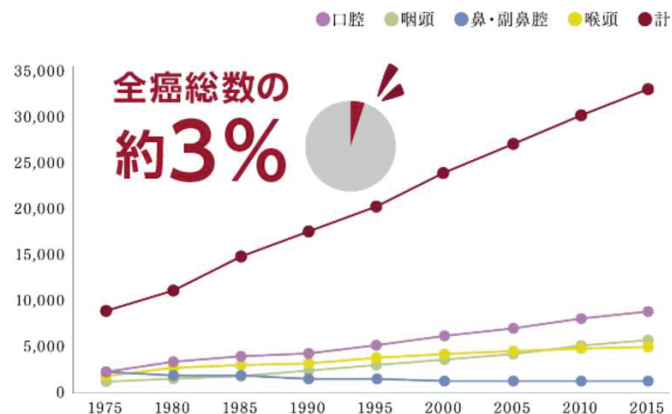
喉頭の働き:呼吸、発声、嚥下



2025©SachieSugimoto

イラスト 看護roo!

頭頸部がんの部位別罹患率年次推移

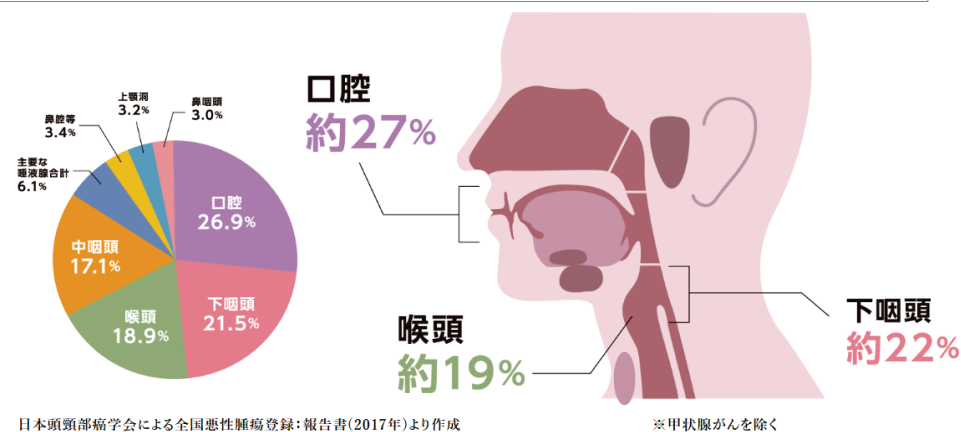


頭頸部がんの部位別罹患率 年次推移 (21 CLIENT 領域の臨床17, 頭頸部腫瘍から) ※甲状腺がんを除く

2025©SachieSugimoto

頭頸部がんとは?
副鼻腔がん
口腔がん
咽頭がん
喉頭がん
唾液腺がん
甲状腺がん

頭頸部がんの種類別割合

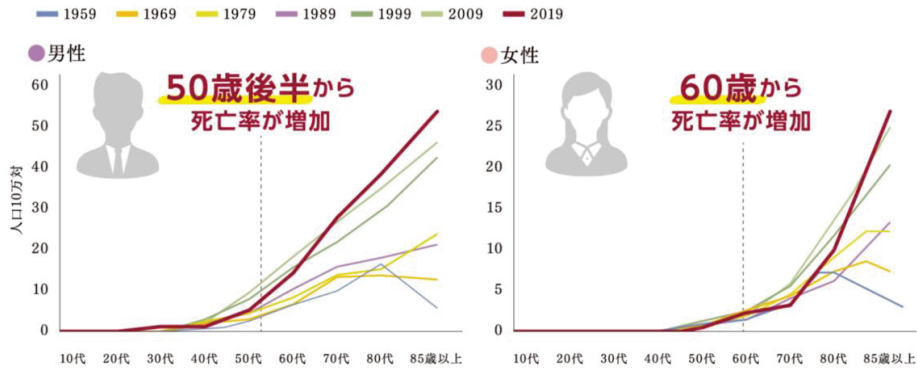


日本頭頸部癌学会による全国悪性腫瘍登録: 報告書(2017年)より作成

※甲状腺がんを除く

2025©SachieSugimoto

年齢階級別死亡率 口腔がん・咽頭がん



2025©SachieSugimoto

咽頭がん

咽頭にできるがんで、できた部位により上咽頭がん、中咽頭がん、下咽頭がんに分けられる。咽頭がんの発症要因は過度の飲酒、喫煙。さらに上咽頭がんについてはEBウイルス(エプスタイン・バーウイルス:ヘルペスウイルスの1種)の感染、中咽頭がんについてはパピローマウイルス(HPV)の感染の関与が言われている。また、飲酒についてはフラッシュャー(飲酒により顔が赤くなる人)が継続的に飲酒することで発癌する可能性が高いことがわかっている。

1)上咽頭がん:耳閉感や難治性の中耳炎、鼻出血、鼻閉など。進行すると複視(物が2つに見えること)、視力低下、顔面の感覚障害・痛みなどの脳神経症状が現れたり、頸部リンパ節転移による頸部腫脹で発見されることもある。

2)中咽頭がん:咽頭違和感、咽頭痛、血痰(けったん)など。

3)下咽頭がん:嚙声(させい/声のかすれ)、咽頭の違和感、咽頭痛、血痰(けったん/血が混じった痰)など。進行すると嚥下(えんげ)障害、呼吸困難も出現する。

2025©SachieSugimoto

喉頭がん

1)声門がん

声を出すために必要な声帯にがんができるため、早い時期から声の異常である嚙声(させい:声のかすれ)があらわれる。嚙声には、低いながら声、雑音が入ったざらざらした声、息がもれるような声などがある。がんが大きくなると、嚙声もひどくなり、声門が狭くなると息苦しくなる。また、がんから出血することにより、痰に血液が混じることもある。

声門がんは、これらの症状が早いうちから現れるため、早く発見されやすい。

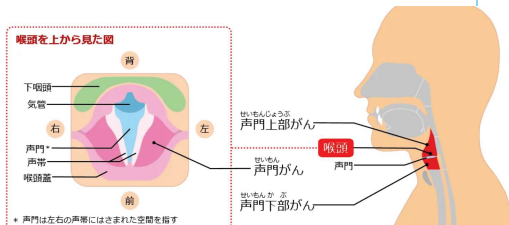
2)声門上部がん

のどに、いがらっぽさ、異物感や飲食物を飲み込んだときの痛みがあらわれる。

がんが声帯にまで広がると嚙声が起り、さらに進行すると息苦しくなる。初めのうちは、のどのがらっぽさなど風邪による症状と似ているため気付きににくく、発見が遅くなることがある。

3)声門下部がん

がんが進行するまで症状がないことが多く、進行すると嚙声や息苦しさといった症状があらわれる。進行するまで気づきににくく、受診しないことが多いので、発見が遅くなることがある。



2025©SachieSugimoto

1) 国立がん研究センターWebサイト「がん情報サービス「喉頭がん」」
2) 日本耳鼻咽喉科学会Webサイト「喉頭がん 喉頭がん」

本日の内容

I. 口やのどの異常

1. のどの構造とがん

2. 各疾患と一部のセルフメディケーション

- ①ステーブンス・ジョンソン症候群 ②尋常性天疱瘡 ③白板症 ④紅板症 ⑤ペーチェット病
- ⑥再発性アフタ ⑦口腔カンジダ症 ⑧扁平苔癬
- ⑨ウイルス性疾患(①ヘルペス性口内炎 ②帯状疱疹 ③手足口病 ④ヘルパンギーナ)
- ⑩シェーグレン症候群 ⑪口腔乾燥症

3. 症状: ①炎症 ②かわき ③歯茎の出血

《参考》 歯周病と全身症状

《参考》 糖尿病と口の症状

《参考》 漢方の舌診

II. 治療のトライアージ: セルフメディケーション(OTC医薬品)? / 受診?

口やのどにも関連する漢方薬

III. 養生

2025©SachieSugimoto

①ステイブンスジョンソン症候群

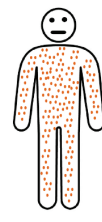
定義:多形紅斑が全身広範囲に出現し、眼、口唇、口腔、生殖器、肛門などの粘膜病変と全身症状を伴う。多くは薬剤が原因である。

水疱、びらんの面積が体表面積の10%未満のものをステイブンス・ジョンソン症候群とよび、それ以上(海外では30%以上)のものを中毒性表皮壊死融解症(toxic epidermal necrolysis: TEN)とよぶ。

【患者の皆様へ】第14回重篤医薬品副作用総合対策検討会資料より重篤な薬物性口内炎は、その多くが医薬品によるものと考えられています。抗菌薬、解熱消炎鎮痛薬や抗てんかん薬などでみられ、また、総合感冒薬(かぜ薬)のような市販の医薬品でもみられることがあります。何らかのお薬を服用していて、「高熱(38℃以上)」、「目の充血」、「口の中やくちびろのただれ」、「のどの痛み」、「皮膚が広い範囲にわたり赤くなる」などの症状が認められた場合、放置せずに、すみやかに医師、歯科医師あるいは薬剤師に連絡してください。放置した場合、その症状が持続したり、急激に悪くなったりします。

2025©Sachie Sugimoto

通常の(軽症)薬アレルギー



薬を止めると治ることが多い

重篤な薬アレルギー
(ステイブンス・ジョンソン症候群、中毒性表皮壊死症)



皮膚細胞が死んで、全身の皮膚が剥けてしまう
目・口など粘膜が溶けてしまう
失明などの後遺症や致死性になる

山梨大学医学
教育研究基金 HPより

△使用上の注意

❌してはいけないこと

(守らないと現在の症状が悪化したり、副作用・事故が起こりやすくなる)

1. 次の人は服用しないこと

- (1) 本剤または本剤の成分によりアレルギー症状を起こしたことがある人。
- (2) 本剤または他のかぜ薬、解熱鎮痛薬を服用してぜんそくを起こしたことがある人。
- (3) 15歳未満の小児。
- (4) 出産予定日12週以内の妊婦。
- (5) 次の症状のある人。前立腺肥大による排尿困難。
- (6) 次の診断を受けた人。高血圧、心臓病、甲状腺機能障害、糖尿病。

2. 本剤を服用している間は、次のいずれの医薬品も使用しないこと

他のかぜ薬、解熱鎮痛薬、鎮静薬、鎮咳去痰薬、抗ヒスタミン剤を含有する内服薬等(鼻炎用内服薬、車酔い薬、アレルギー用薬、催眠鎮静薬等)

3. 服用後、薬または機械類の運転操作をしないこと

(眠気等があらわれることがある。)

4. 授乳中は本剤を服用しないが、本剤を服用する場合は授乳を避けること

5. 服用前後は飲酒しないこと

6. 5日間を超えて服用しないこと

総合感冒薬(指定第二類)の添付文書 使用上の注意

早期発見、早期対応！



相談すること

1. 次の人は服用前に医師、薬剤師または登録販売者に相談すること

- (1) 医師または歯科医師の治療を受けている人。
- (2) 妊婦または妊娠していると思われる人。
- (3) 高齢者。
- (4) 薬などにアレルギー症状を起こしたことがある人。
- (5) 次の症状のある人。高熱、排尿困難。
- (6) 次の診断を受けた人。肝臓病、腎臓病、緑内障、全身性エリテマトーデス、混合性結合組織病、呼吸機能障害、閉塞性睡眠時無呼吸症候群、肥満症。
- (7) 次の病変にかかったことがある人。胃・十二指腸潰瘍、潰瘍性大腸炎、クローン病。
- (8) モノアミン酸化酵素阻害剤(セレギリン塩酸塩等)で治療を受けている人。
- (9) かぜ薬、鎮咳去痰薬、鼻炎用内服薬等に、不眠、めまい、感覚障害、震え、動悸を起こしたことがある人。

2. 服用後、次の症状があらわれた場合は副作用の可能性があるので、直ちに服用を中止し、この文書を持って医師、薬剤師または登録販売者に相談すること

関係部位	症	状
皮膚	発疹・発赤、かゆみ、青あざができる	
消化器	吐き気・嘔吐、食欲不振、胃部不快感、胃痛、口内炎、胸やけ、胃もたれ、胃痛出血、腹痛、下痢、血便	
精神神経系	めまい、不眠、神経過敏、けいれん	
循環器	動悸	
呼吸器	息切れ	
泌尿器	排尿困難	
その他	目のかすみ、耳なり、むくみ、鼻血、歯ぐきの出血、出血が止まりにくい、出血、胃中の痛み、過度の体温低下、からだがだるい、顔のほてり、のぼせ	

まれに下記の重篤な症状が起こることがある。その場合は直ちに医師の診療を受けること。

症状の名称	症	状
ショック (アナフィラキシー)	服用後すぐに、皮膚のかゆみ、じんましん、声のかすれ、くしゃみ、のどのかゆみ、息苦しさ、動悸、意識の混濁等があらわれる。	
皮膚粘膜眼症候群(ステイブンス・ジョンソン症候群)、中毒性表皮壊死融解症、急性汎発性発疹性膿疱症	高熱、目の充血、目やに、唇のただれ、のどの痛み、皮膚の広範囲の発疹・発赤、赤くなった皮膚上に小さなブツブツ(小膿疱)が出る、全身がだるい、食欲がない等が持続したり、急激に悪化する。	
肝機能障害	発熱、かゆみ、発疹、黄疸(皮膚や白目が黄色くなる)、褐色尿、全身のたるさ、食欲不振等があらわれる。	

2025©Sachie Sugimoto

(薬面へ移す)

②尋常性天疱瘡

- 尋常性天疱瘡は、様々な大きさの水疱が皮膚、口の粘膜、その他の粘膜に急に多数発生する、まれな重度の自己免疫疾患
- 免疫系が皮膚の上層に含まれるタンパク質を誤って攻撃することで発生する
- 口の中や他の部位に重度の水疱が生じ、ときには広い範囲の皮膚が剥がれ落ちることもある
- 天疱瘡は中年層や高齢者に最も多くみられる病気で、発生率に男女差はなく、小児ではほとんど起こらない

【治療】受診勧奨⇒皮膚科

コルチコステロイドや免疫の働きを抑える薬(免疫抑制薬)による



MSDマニュアルより

2025©Sachie Sugimoto

③白板症

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- 口腔粘膜や舌、ときには歯肉にみられる白い病変で、こすっても剥離しないものをいう
- 比較的頻度も高く、とくに舌にできたものは悪性化する可能性が高いため、前がん病変(口腔潜在的悪性疾患)の代表的なものとされている
- 約3~5%が悪性化する
- びらん(粘膜の浅い欠損)を伴うこともあり、ものが当たると痛かったり(接触痛)、食べ物がしみたりする

【原因】

喫煙やアルコールによる刺激、義歯などによる慢性的機械的刺激、ビタミンAやBの不足、さらに加齢や体質なども関係すると言われてい

【治療】受診勧奨⇒口腔外科、歯科

ビタミンAを投与したり、禁煙により治癒することもある



2025©Sachie Sugimoto

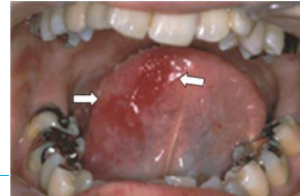
④紅板症

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- ・紅色肥厚症ともいわれ、舌、歯肉、その他の口腔粘膜に発生する
- ・鮮紅色でビロード状、表面は平滑な病変
- ・境界は明瞭なものが多くみられる
- ・初発症状は多くの症例で刺激痛が認められる
- ・一般的に50歳代以上の高齢者が全体の80%を占める
- ・紅板症の50%前後が悪性化するといわれている

【治療】受診勧奨⇒口腔外科、耳鼻咽喉科

- ・外科的に切除するのが望ましいとされている
- ・悪性化する可能性が高いため、治療後にも経過観察を行う必要がある



2025©SachieSugimoto

⑤ベーチェット病

- ・ベーチェット病は、有痛性の口や陰部の潰瘍、皮膚の病変、眼の問題を生じることのある慢性的血管の炎症(血管炎)で、全身炎症性疾患
- ・4つの主症状と関節、神経系、消化管などの副症状がある
- ・典型的な例では、口内や陰部、皮膚に潰瘍やびらんができ、それが消え、再び現れる
- ・近年関連する遺伝子(HLA-B51、A26)が報告されている

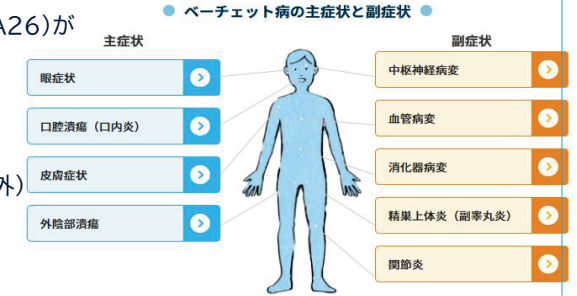
【治療】

受診勧奨：かかりつけ医⇒専門医

コルヒチン(痛風治療薬の保険適応外)

コルチコステロイドのほか、
その他の免疫抑制薬を使用

MSDマニュアルより



図説 痛：ベーチェット病全国疫学調査—臨床疫学像、厚生労働科学研究費補助金(難治性疾患克服研究事業)研究報告書：ベーチェット病に関する調査研究 平成16年度総括・分科研究報告書、P91-94, 2005
Girino Y et al. : Arthritis Res Ther. 18 : 217, 2016



⑥再発性アフタ

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- ・アフタは直径数ミリ大の円形の浅い潰瘍で、潰瘍の表面は灰白色～黄白色の偽膜で覆われ、潰瘍の周囲は赤くなっている
- ・食物や歯ブラシなどがちょっと触れただけでもズキツとした強い痛みを覚える
- ・また刺激性の食物や熱いもの、塩辛いものがしみたりする
- ・アフタは何もしなくても1～2週間で治るが、再発を繰り返す場合に再発性アフタという
- ・なお、慢性再発性アフタはベーチェット病の一症状として生じることもある

【原因】

原因は不明。機械的刺激、遺伝性、極端な疲労、ストレス、あるいは片寄った栄養摂取などという要素が絡み合っ発症するといわれる

ベーチェット病では遺伝的素因が注目されている

【治療】受診勧奨⇒口腔外科

副腎皮質ステロイド薬入り軟膏や口腔粘膜貼付錠、
うがい薬を投与するが、時に内服薬を用いる



2025©SachieSugimoto

おもな口内炎の種類

	形状	原因	
アフタ性口内炎	円形、楕円形の白っぽい浅い潰瘍	免疫力低下 ストレスや栄養不足 全身性疾患の症状	白っぽい浅い窪みのある潰瘍(アフタ)痛みを伴う 食べ物がしみる 傷跡は残らない場合が多い
外傷性口内炎 (カタル性口内炎)	水ぶくれ、ひび割れなどの症状が見られる	・虫歯、入れ歯の不具合 ・口腔粘膜の損傷 ・やけど ・薬品の刺激 など	口の中が赤く腫れる 刺激のある食べ物がしみる 唾液の分泌量が増える 口臭が気になる
ヘルペス性口内炎	激しい痛み、発熱を伴う。口内に複数の水疱ができる乳幼児に多く見られる	・単純ヘルペスウイルス ・性感染症 など	激しい痛み 発熱を伴う
カンジダ性口内炎	口の中に白い苔様の斑点	・口腔内のカンジダ菌(カビ)の過増殖	痛みはほとんどない 痛み、しびれ、味覚障害など症状が変化する場合もある
ニコチン性口内炎	粘膜や舌が厚く硬くなり、白斑や赤い発疹ができる	喫煙の習慣	自覚症状がないことが多い 時に炎症部分が痛んだり、しみることもある

2025©SachieSugimoto

アフタ性口内炎のセルフメディケーション例

第2類医薬品

ご使用に際して、この説明文書を必ずお読みください。
また、必要な時読めるよう大切に保管してください。

口内炎治療薬
アフタガード



アフタガードは…

ほんのり甘い“軟膏タイプ”の口内炎治療薬です。口腔粘膜への優れた付着力があり、口内炎をしっかり保護します。
抗炎症作用のあるトリアムシロンアセトニドが患部の炎症を鎮め、口内炎を改善します。

「口内炎(アフタ性)」とは

頬の内側や舌、唇の裏側などに、周りが赤っぽく、中央部が浅くくぼんだ白っぽい円形の痛みを伴う浅い小さな潰瘍（直径10mm未満）が1～数個できた炎症の総称です。その原因は明確ではありませんが、ストレス、疲労、あるいは偏った栄養摂取が関与すると言われています。

2025©SachieSugimoto

【効 能】

口内炎(アフタ性)

本剤が対象とする「口内炎(アフタ性)」は、頬の内側や舌、唇の裏側などに、周りが赤っぽく、中央部が浅くくぼんだ白っぽい円形の痛みを伴う浅い小さな潰瘍（直径10mm未満）が1～数個できた炎症の総称です。



【用法・用量】

1日1～数回、適量を患部に塗布します。

【用法・用量に関連する注意】

- (1) 定められた用法・用量を厳守してください。
- (2) 小児に使用させる場合には、保護者の指導監督のもとに使用させてください。
- (3) 本剤は口腔用にのみ使用し、口腔用以外には使用しないでください。
- (4) 痛みが治まったら使用を終了してください。
- (5) 使用後はしばらく飲食を避けてください。
- (6) 入れ歯の接着など治療以外の目的に使用しないでください。

【成分・分量と働き】 100g中

成 分	分 量	働 き
トリアムシロンアセトニド	100mg	患部の炎症を鎮め、口内炎を改善します。

添加物として、ゲル化炭化水素、カルメロースNa、サッカリンNa、香料を含有します。

2025©SachieSugimoto

使用上の注意

❌ してはいけないこと

(守らないと現在の症状が悪化したり、副作用がおこりやすくなります)

1. 次の人は使用しないでください

- (1) 感染性の口内炎が疑われる人。(医師、歯科医師、薬剤師又は登録販売者にご相談ください)
 - ガーゼなどで擦ると容易に剥がすことのできる白斑が口腔内全体に広がっている人。(カンジダ感染症が疑われる)
 - 患部に黄色い膿がある人。(細菌感染症が疑われる)
 - 口腔内に米粒大～小豆大の小さな水疱が多発している人、口腔粘膜以外の口唇、皮膚にも水疱、発疹がある人。(ウイルス感染症が疑われる)
 - 発熱、食欲不振、全身倦怠感、リンパ節の腫脹などの全身症状がみられる人。(ウイルス感染症が疑われる)
- (2) 口腔内に感染を伴っている人。(ステロイド剤の使用により感染症が悪化したとの報告があることから、歯槽膿漏、歯肉炎等の口腔内感染がある場合には使用しないでください)
- (3) 5日間使用しても症状の改善がみられない人。
- (4) 1～2日間使用して症状の悪化がみられる人。

〇

2025©SachieSugimoto

● 保管及び取扱い上の注意

- (1) 直射日光の当たらない湿気の少ない涼しい所に密栓して保管してください。
- (2) 小児の手の届かない所に保管してください。
- (3) 他の容器に入れ替えないでください。(誤用の原因になったり品質が変わるおそれがあります)
- (4) 使用期限をすぎた製品は、使用しないでください。
- (5) 使用後はチューブの口やその周辺に付着した軟膏を拭き取ったあと、キャップをしっかりとめて保管してください。(付着した軟膏が水分の影響で固まってしまうことがあります)

副作用被害救済制度のお問い合わせ先
(独) 医薬品医療機器総合機構
http://www.pmda.go.jp/kenkouhigai_camp/index.html
電話 0120-149-931 (フリーダイヤル)

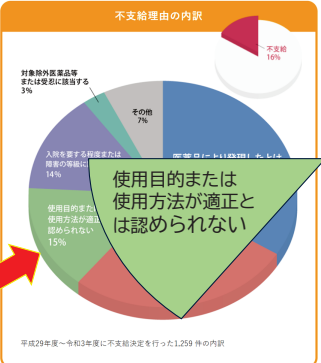
本製品についてのお問い合わせは、
お買い求めのお店又は下記にお問い合わせ申し上げます。
佐藤製薬株式会社 お客様相談窓口
電話 03-5412-7393
受付時間 9:00～17:00(土、日、祝日を除く)

医薬品副作用被害
救済制度とは何ですか？

医薬品は正しく使っても、副作用の発生を防げない場合があります。そこで、医薬品を適正に使用したにもかかわらず、その副作用により入院治療が必要になるほど重篤な健康被害が生じた場合に、医療費や年金などの給付を行う公的な制度です。

詳しくみる▶

2025©SachieSugimoto



⑦口腔カンジダ症

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- おもに**カンジダ・アルビカンス**という**真菌**によっておこる口腔感染症、急性型と慢性型があり、口腔粘膜の痛みや味覚障害が出ることもある
- **急性型(偽膜性カンジダ症)**:灰白色あるいは乳白色の点状、線状、あるいは斑紋状の白苔が粘膜表面に付着。この白苔をガーゼなどでぬぐうと剥離可能。
剥離後の粘膜面は発赤やびらんを呈する
- **白苔が認められない萎縮性あるいは紅斑性カンジダ症**:舌乳頭の萎縮や粘膜の紅斑が特徴で、**偽膜性よりもヒリヒリとした痛みが強い**
- **慢性型(肥厚性カンジダ症)**:**白苔は剥離しにくく、上皮の肥厚を伴うようになる**

【原因】

- 副腎皮質ステロイド薬の投与や糖尿病、全身衰弱などによって**免疫力が低下**している状態
- 唾液量の減少、長期間にわたる抗菌薬の服用などにより、**常在菌間のバランスが崩れ、カンジダ菌が異常に増殖し、病原性を発揮することにより発症する**
- **高齢者や体力の低下、入れ歯を付けたままの就寝など**

【治療】

口腔内の清掃、抗真菌薬を含むうがい薬や塗り薬を使用、時に抗真菌薬の内服

2025©SachieSugimoto

口腔カンジダ症

舌が白い、
舌がひりひり痛い、
口の中が苦い、
口臭がある



口の中を拭くと、白いカスがとれるタイプよりも
赤くつるんとしているタイプが増加

【受診前のセルフケア】

- * 入れ歯を使用している場合は、寝る前に外して洗浄剤につける
- * 痛むときは、刺激物や熱い食べ物を避ける
- * 口内炎でステロイド軟膏を長期間使用している場合は中止する
長引く口内炎とカンジダ感染が関係していることもある
ステロイド軟膏を2週間使用しても変わらない場合は受診

《注意》

ステロイドの吸入薬や口内炎の軟膏は、
カンジダを増殖させる可能性がある
吸入薬の後は、うがいで予防する

2025©SachieSugimoto

⑧扁平苔癬

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- 皮膚や粘膜にできる**角化性で炎症をともなう難治性の病変**
 - 口腔では**頬粘膜**に多く認めるが、**舌や口唇**にも生じる
 - **白い粘膜の角化がレース状**にみられ、**周囲に発赤**を伴うのが特徴
- しばしば、びらんや潰瘍を形成し、接触痛を認めたり、食物がしみたりする
まれにがん化することもある(約1%有棘細胞がん化)

【原因】

アレルギー、とくに歯科用金属によるものや遺伝的素因、自己免疫疾患、ストレスなどの精神的因子、さらに代謝障害などの関与が考えられているが、**正確な原因は不明**

【治療】受診勧奨⇒口腔外科

局所的には、うがい薬や副腎皮質ステロイド薬を含む軟膏を使う
歯科用金属によるアレルギーの場合は、充填物や冠を除去する
ビタミン剤(ビタミンA、B、C、Eを含む)



2025©SachieSugimoto

口腔扁平苔癬 セルフケア

- 過度な飲酒・喫煙を控える
- ストレスをためないよう心がける
- 口腔内を清潔に保つ
- 口腔内を傷つけない
- 生活習慣病をコントロールする
- アレルギーの可能性のあるものは避ける

重症化、慢性化すると…

* 慢性的な疼痛

* 口のなかがただれて接触痛
食事の快適性が大きく低下



食欲不振・栄養不足

* 扁平苔癬は頬の粘膜や舌にできやすく、部位によっては発音に障害

2025©SachieSugimoto

⑨ウイルス性疾患 ー①ヘルペス性口内炎

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

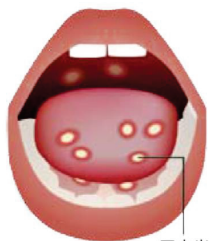
- ・単純性ヘルペスウイルスによる初感染で、疱疹性歯肉口内炎ともいわれる
- ・大半が小児にみられるが、近年では核家族化に伴い大人にもみられる

【症状】

- ・全身的に発熱や倦怠感がみられる
- ・口腔粘膜には多数の口内炎ができ全体に発赤し、特に歯肉の発赤、腫脹、びらんが特徴で口腔内は不潔となり、口臭が強くなる
- ・自発痛や接触痛も強く、噛むこと、飲みこむこと、話すことすら困難になることがあり、顎下リンパ節もはれる。
- ・水が飲めず脱水症状を起こすこともある

【治療】

- ・入院した上で治療を行う必要がある場合がある。
- ・食事が困難な場合には、点滴やチューブで栄養を補給する必要がある
- ・抗ウイルス薬による治療
- ・必要に応じて消炎鎮痛薬や二次感染の予防として抗菌薬の投与
- ・局所的には、うがい薬やトローチで口腔内を清潔に保つ
- ・熱は4～5日で治まるが、痛みは1週間ほど続くこともある



口内炎

2025©Sachie Sugimoto

口唇ヘルペス再発治療薬 セルフメディケーション

第1類医薬品
(外用薬)

この説明文書は、お薬とともに保管し、ご使用の際には、よくお読みください。

日本薬局方 アシクロビル軟膏

ACTIVIR®
アクチビア®軟膏
口唇ヘルペスの再発治療薬

口唇ヘルペスの症状



出典: マルホWebサイト「What's ヘルペス?」

アクチビア®軟膏は、抗ウイルス成分アシクロビルを含有する口唇ヘルペスの再発治療薬です。アシクロビルは口唇ヘルペスを起こすウイルスに直接作用し、症状を改善します。口唇ヘルペスは、ヘルペスウイルスの感染が原因で発症します。このウイルスは、一度感染すると症状がおさまっても体内に潜みつづけ、かぜ、発熱、ストレス、疲労、紫外線などがきっかけで再発します。

ビリビリ、チクチクなどの違和感をおぼえたらすぐに塗布することをおすすめします。

2025©Sachie Sugimoto

【受診勧奨】

5日ぐらい使用しても良くならないかひどくなる場合は、使用を中止して受診

第1類医薬品

患者様を正しく購入するための
説明文書

ACTIVIR®
アクチビア®軟膏



使用前には必ず添付文書をお読み下さい。

1	名 称	アクチビア®軟膏
2	成分・分量	1 g 中 アシクロビル 50 mg
3	用法・用量	1日3～5回、適量を患部に塗布する。(唇やそのまわりにビリビリ、チクチクなどの違和感をおぼえたら、すぐに塗布する)
4	効能・効果	口唇ヘルペスの再発 (過去に医師の診断・治療を受けた方に限る)
5	保健衛生上の危害を防ぐために	1. アクチビア軟膏が使用できるかどうかを確認してください(以下の項目に該当する場合は本剤を使用することができません。医師の治療を受けてください)。 □過去に、病院で口唇ヘルペスと診断されたことがない。 □こういう症状が初めてである。 □患部が広範囲である。 □水疱 (水ふくれ) が大きい (小豆大)。 □腫脹や、ひどい痛みがある。 □アシクロビルまたはバラシクロビル塩酸塩製剤にアレルギー症状を起こしたことがある。 □使用者は6歳未満の乳幼児である。 □患部が唇とそのまわりをのぞく部位である。 次に該当する方はお申し出ください。 (1) 医師の治療を受けている人。(2) 妊娠又は妊娠していると思われる人。 (3) 授乳中の人。(4) 本人又は家族がアレルギー体質の人。 (5) 薬によりアレルギー症状を起こしたことがある人。 (6) 薬や化粧品がひどい人。(7) アトピー性皮膚炎の人。 ●小児に使用させる場合には、保護者の指導監督のもとに使用させてください。 ●目に入らないように注意してください。外用のみに使用してください。 ●口に入っても害はありませんが、なるべく口に入れたり、なめたりしないでください。

2025©Sachie Sugimoto

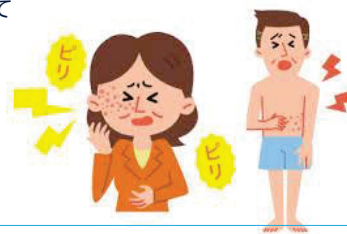
【受診勧奨】

- 過去に、病院で口唇ヘルペスと診断されたことがない。
- こういう症状が初めてである。
- 患部が広範囲である。
- 水疱 (水ふくれ) が大きい (小豆大)。
- 頭痛や、ひどい痛みがある。
- アシクロビルまたはバラシクロビル塩酸塩製剤にアレルギー症状を起こしたことがある。
- 使用者は6歳未満の乳幼児である。
- 患部が唇とそのまわりをのぞく部位である。

⑨ウイルス性疾患 ー②带状疱疹

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- ・子供の時になった水痘のヘルペスウイルス(水痘带状疱疹ウイルス)が、神経内の付け根に残っていて、体調が悪いとそれが活性化されて発症する
- ・神経の支配する領域に一致して、発疹が多発する
三叉神経領域の顔面皮膚に好発し、広い範囲に帯状に発赤と小水疱がでる
必ず体の右または左側だけブロック状に発生し、全身に広がることはない
強い痛みを伴い、重症化する場合もあるので注意が必要
- 【治療】受診勧奨⇒皮膚科／内科
- ・抗ウイルス薬、消炎鎮痛薬のほか、二次感染の予防として
抗菌薬の投与を行う
局所的にはうがい薬やトローチで口腔内を清潔にする
- ・带状疱疹後には神経痛が残ることがあり、消炎鎮痛薬を使用する



2025©Sachie Sugimoto

⑨ウイルス性疾患 ー③手足口病



- 口腔粘膜および手や足などに現れる水疱性の発疹を主症状とした急性ウイルス感染症
- コクサッキーA16 (CA16)、CA6、エンテロウイルス71 (EV71)などのエンテロウイルスが原因ウイルスである
- 4歳位までの幼児を中心に夏季に流行が見られる疾患であり、2歳以下が半数を占めるが、学童でも流行的発生がみられることがある。また、学童以上の年齢層の大半は既にこれらのウイルスの感染(不顕性感染も含む)を受けている場合が多いので、成人での発症はあまり多くなく男子に多い傾向が見られる。
- 口腔内病変に対しては、刺激にならないよう柔らかめで薄味の食べ物を勧める
- 水分不足にならないようにすることが最も重要である。
経口補液などで水分を少量頻回に与えるよう努める。
ときには経静脈的補液も必要となる。
発熱に対しては通常解熱剤なしで経過観察が可能である。
- 元気がない、頭痛、嘔吐、高熱、2日以上続く発熱などの場合には髄膜炎、脳炎などへの進展を注意する



2025©SachieSugimoto

⑨ウイルス性疾患 ー④ヘルパンギーナ

公益社団法人 日本口腔外科学会 HPより

- エンテロウイルス属、流行性のものは特にA群コクサッキーウイルスによる感染で軟口蓋から口峽部に発赤および多数の小水疱を認め、小水疱は破れて小アフタとなる
 - ヘルペス性口内炎が口腔の前方に症状を呈すのに対して、これは口腔の後方と咽頭での発症が特徴
 - 夏に流行しやすく、小児にみられることが多いが、まれに大人にも発症
- 【治療】
- 対症療法が中心となり、小児の場合は栄養、水分補給に気をつける



2025©SachieSugimoto

手足口病とヘルパンギーナ比較

	手足口病	ヘルパンギーナ
かかりやすい年齢	5歳以下	4歳以下
感染経路	飛沫感染・接触感染・糞口感染	
ウイルス	コクサッキーA16, A6	コクサッキーA5
症状	潜伏期3～6日 口内炎、食欲不振、嘔吐、発熱 手足や口の中中心に発疹や水疱 高熱は出ないことがある	潜伏期3日ほど 突然の発熱(高熱)が1～4日続く 口腔内やのどの奥に水疱や潰瘍 発熱、頭痛、咽頭痛が強い
治療	解熱鎮痛剤などの対症療法 のどの痛みにより水分が取れないため、脱水に注意 重度の脱水症の場合は点滴や入院が必要	
注意	稀に脳炎、脳症、髄膜炎・心筋炎を起こすことがあるので、けいれんや意識がおかしい、ぐったりしているなどの症状に注意	

2025©SachieSugimoto

⑩シェーグレン症候群

- 中年女性に好発する涙腺と唾液腺を標的とする臓器特異的自己免疫疾患であり、また全身性の臓器病変を伴う全身性の自己免疫疾患でもある
- 遺伝的要因、ウイルスなどの環境要因、免疫異常、更に女性ホルモンの要因が考えられており、これらの4つの要因が複雑に関連し合って発症するものと考えられ、どれか一つの原因で発病するわけではない
- 膠原病（関節リウマチ、全身性エリテマトーデス、全身性強皮症、多発性筋炎/皮膚筋炎混合組織結合病など）に合併する二次性シェーグレン症候群と、これらの合併のない一次シェーグレン症候群に分類される
- 神経疾患である視神経脊髄炎にもシェーグレン症候群は合併すると報告されている
一次性的シェーグレン症候群の病変は3つに分けることができる
 - ① 目の乾燥（ドライアイ）、口腔乾燥の症状のみであり、ほとんど健康的に暮らす患者もいるが、ひどい乾燥症状に悩まされている人もいる(約45%)
 - ② 全身性の何らかの臓器病変を伴うグループで、諸臓器への病変を伴う(約50%)
 - ③ 悪性リンパ腫や原発性マクログロブリン血症を発症した状態(約5%)

2025©SachieSugimoto

第2類医薬品

ご使用に際して、この説明文書を必ずお読みください。
また、必要な時読めるよう大切に保管してください。

《例》アフタガードの添付文書

アфтаガードは……

ほんのり甘い“軟膏タイプ”の口内炎治療薬です。口腔粘膜への優れた付着力があり、口内炎をしっかり保護します。抗炎症作用のあるトリアムシノロンアセトニドが患部の炎症を鎮め、口内炎を改善します。

「口内炎(アフタ性)」とは

頬の内側や舌、唇の裏側などに、周りが赤っぽく、中央部が深くくぼんだ白っぽい円形の痛みを伴う浅い小さな潰瘍(直径10mm未満)が1〜数個できた炎症の総称です。その原因は明確ではありませんが、ストレス、疲労、あるいは偏った栄養摂取が関与すると言われています。

使用上の注意に記載があります

使用上の注意

❌ してはいけないこと

(守らないと現在の症状が悪化したり、副作用が起こりやすくなります)

1. 次の人は使用しないでください

(1) 感染性の口内炎が疑われる人。(医師、歯科医師、薬剤師又は登録販売者にご相談ください)

- ・ガーゼなどで擦ると容易に剥がすことのできる白斑が口腔内全体に広がっている人。(カンジダ感染症が疑われる)
- ・患部に黄色い膿がある人。(細菌感染症が疑われる)
- ・口腔内に米粒大〜小豆大の小水疱が多発している人、口腔粘膜以外の口唇、皮膚にも水疱、発疹がある人。(ウイルス感染症が疑われる)
- ・発熱、食欲不振、全身倦怠感、リンパ節の腫脹などの全身症状がみられる人。(ウイルス感染症が疑われる)

(2) 口腔内に感染を伴っている人。(ステロイド剤の使用により感染症が悪化したとの報告があることから、歯槽膿漏、歯肉炎等の口腔内感染がある場合には使用しないでください)

(3) 5日間使用しても症状の改善がみられない人。

(4) 1〜2日間使用して症状の悪化がみられる人。

口、のどの症状: ②かわき(乾き、渇き)

ストレスや緊張: 自律神経が交感神経優位に働くことで唾液の分泌が抑制される

加齢: 口や顎の力が低下することで唾液の分泌量が減少する

薬の副作用: 抗うつ薬、向精神薬、降圧剤、利尿剤、抗けいれん薬、抗パーキンソン病治療薬、抗ヒスタミン薬などの副作用によって唾液分泌が低下

病気: 糖尿病、腎不全、シェーグレン症候群などの全身性の病気や、口腔癌の放射線治療などで唾液腺が委縮することで口が乾く

口呼吸: 鼻炎などの鼻疾患や癖などで
口で呼吸をすると唾液が蒸発して口が渇く

アルコールの飲みすぎ: アルコールを尿や汗と一緒に出そうとするため水分バランスが崩れ、唾液が少なくなる

《唾液のはたらき》

- 消化作用 唾液の酵素でデンプンをマルトースに分解する。
- 溶解作用 味物質を溶解して味覚を促進させる。
- 洗浄作用 食べ物のカスを洗い流す。
- 円滑作用 発音や会話をスムーズにする。
- 抗菌作用 抗菌作用を持つ物質で病原微生物に抵抗する。
- 緩衝作用 pHを一定に保ち細菌の繁殖を抑える
- 保護作用 歯の表面に皮膜を作り虫歯を防ぐ。

口、のどの症状③歯茎の出血

【原因】

歯周病: 歯肉炎、歯周炎の総称

* 歯肉炎: 歯肉(歯茎)に炎症を引き起こす病気。「歯茎が赤く腫れる」・「歯茎から出血する」、「歯茎から膿が出る」などの症状。
免疫力の低下・偏食・不十分なブラッシングにより発症する

* 歯周炎: 重症化した歯肉炎。歯肉だけではなく周囲の歯槽骨も溶けてしまい、歯茎が赤く腫れて出血を起こし、歯がぐらつくようになる。口臭が発生するのが特徴

健康な歯 → 歯肉炎 → 歯周炎

清潔に保たれて、出血のない健康な状態

プラークが蓄積し、歯肉に炎症を起こし、出血する

歯周ポケットができ、歯石がたまり、膿が出る。歯を支える骨も溶けている

《受診勧奨》

- * 頻繁に出血する場合
- * 一度出血するとなかなか止まらない場合
- * 歯茎の腫れや痛みが強い場合
- * あちこちから出血する場合

《参考》歯周病と全身症状

参考 JFPT 日本臨床歯周病学会HP

歯周病:

細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患で、歯の周りの歯ぐき(歯肉)や、歯を支える骨などが溶けてしまう病気

歯と歯肉の境目(歯肉溝)の清掃が行き届かないでいると、そこに多くの細菌が停滞し歯肉の辺縁が炎症を起こして赤くなったり、腫れたりするが、痛みはほとんどの場合ない

さらに進行すると、膿がでたり歯が動揺してきて、最後には歯を抜かなければならなくなる

お口の中の細菌が喉嚨や血液を経由し全身へと流れ疾患を引き起こす。

脳梗塞
誤嚥性肺炎
心筋梗塞
心内膜炎
動脈硬化
糖尿病
低体重児出生
早産

《参考》糖尿病と口の症状

【歯周病(口の異常)⇒糖尿病発症】

出血や膿を出しているような歯周ポケットからは、炎症に関連した化学物質が血管を経由して体中に放出。体のなかで血糖値を下げるインスリンを効きにくくする(インスリン抵抗性)。

⇒糖尿病発症、悪化

ブラッシングによるプラークコントロールをしっかり行い、歯科医院で炎症の原因となっている歯石を確実に取り除く(スケーリング)歯周病治療⇒歯肉の炎症をコントロール、インスリン抵抗性改善、血糖コントロール改善

【糖尿病⇒口のかわき・歯周病(口の異常)】

糖尿病になると、体内で血糖値が高い状態が続き、体にさまざまな影響を与える。

血糖値が上がる⇒腎臓は余分な糖を尿として排出

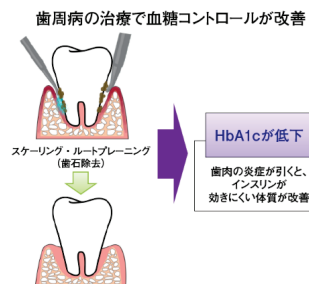
⇒大量の尿が作られ、結果として体は水分を失う

⇒この脱水症状が、口の中の渴きを引き起こす

さらに、糖尿病では唾液の分泌量が減少する

⇒口腔内の潤滑や消化が低下、細菌の繁殖

⇒乾燥感、口臭、虫歯・歯周病リスクが高まる



©2025 Sachie Sugimoto

糖尿病の口渇

《糖尿病の初期症状》



のどが渇く



何度もトイレに行く



疲れやすい



食べてもやせてきた

《水分補給の注意》

*お勧めの飲み方

①1日1.5リットル

②無糖の飲み物

③常温

④食前のレモン水

⑤食事時の無糖の飲み物

*NGの飲み物

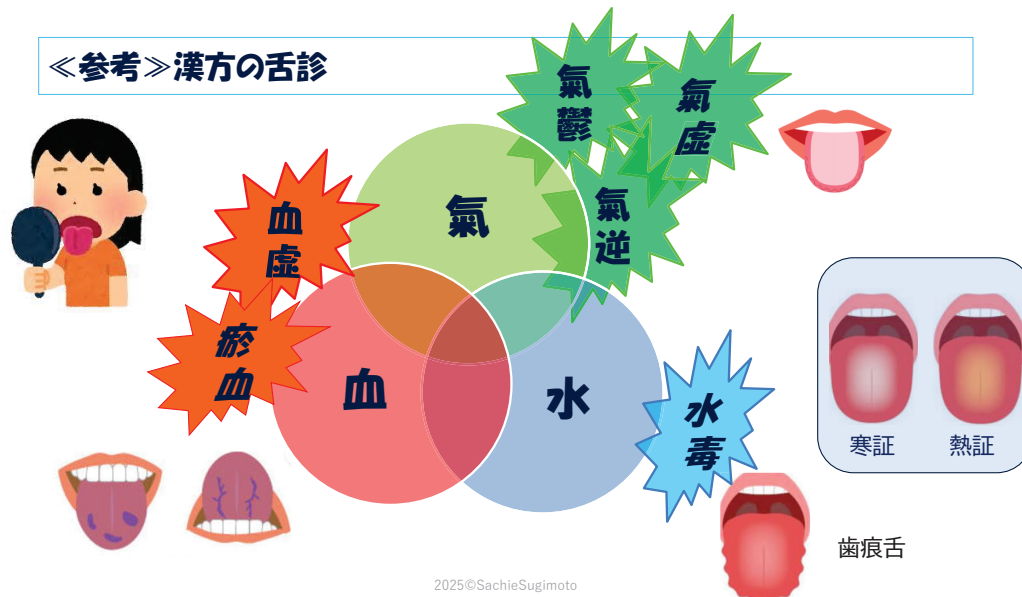
①加糖清涼飲料水

②アルコール

③フルーツジュース

©2025 Sachie Sugimoto

《参考》漢方の舌診



©2025 Sachie Sugimoto

本日の内容

I. 口やのどの異常

1. のどの構造とがん

2. 各疾患と一部のセルフメディケーション

- ①ステーブンス・ジョンソン症候群 ②尋常性天疱瘡 ③白板症 ④紅板症 ⑤ペーチェット病
- ⑥再発性アフタ ⑦口腔カンジダ症 ⑧扁平苔癬
- ⑨ウイルス性疾患(①ヘルペス性口内炎 ②帯状疱疹 ③手足口病 ④ヘルパンギーナ)
- ⑩シェーグレン症候群 ⑪口腔乾燥症

3. 症状: ①炎症 ②かわき ③歯茎の出血

《参考》 歯周病と全身症状

《参考》 糖尿病と口の症状

《参考》 漢方の舌診

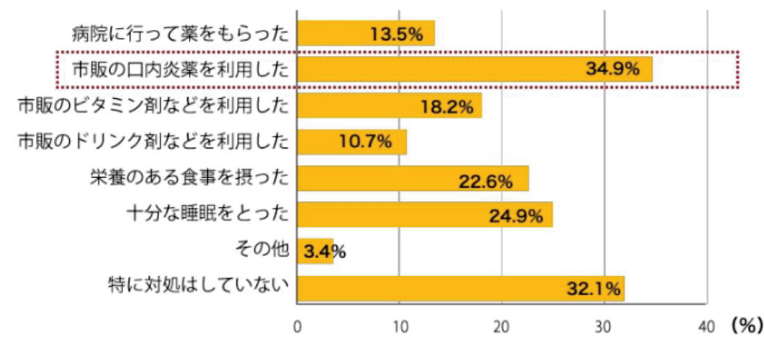
II. 治療のトリアージ: セルフメディケーション(OTC医薬品)? / 受診?

口やのどにも関連する漢方薬

III. 養生

©2025 Sachie Sugimoto

大正製薬HPより～口内炎対処法

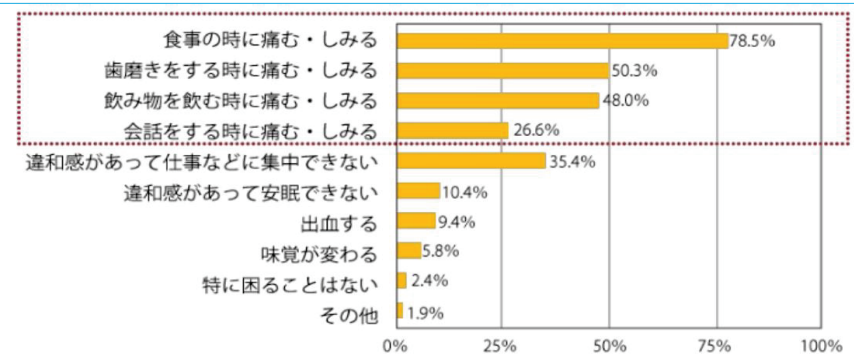


10代～60代の4人にひとりが過去1年間に口内炎を発症したことを自覚している
自覚症状のある方の対処法では市販の口内炎薬の利用が34.9%で最も高い値であった

n=5,332
複数回答
出典：2016年9月 弊社調べ

2025©Sachie Sugimoto

大正製薬HPより～口内炎発症時に困ること



セルフメディケーションの目標
飲食・歯磨き・会話

n=531
複数回答
出典：2016年9月 弊社調べ

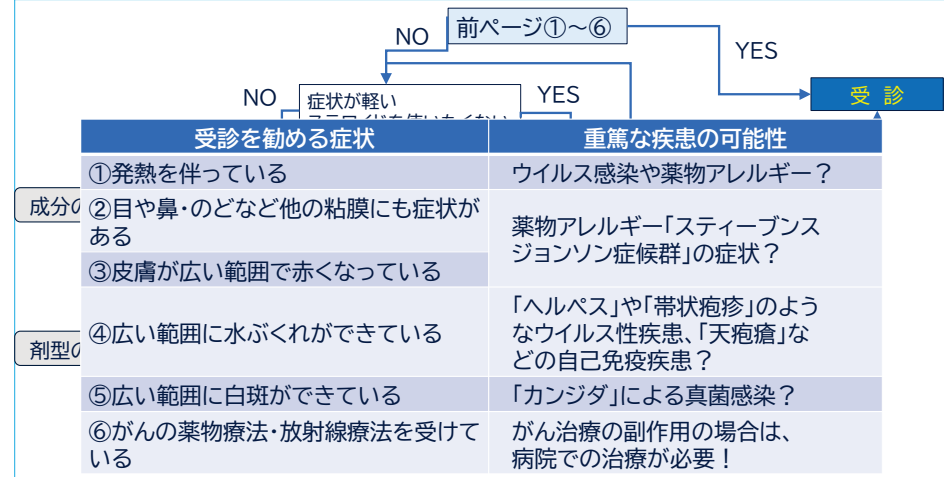
2025©Sachie Sugimoto

のどや口の異常で、セルフメディケーションできない場合＝受診勧奨

受診を勧める症状	重篤な疾患の可能性
①発熱を伴っている	ウイルス感染や薬物アレルギー？
②目や鼻・のどなど他の粘膜にも症状がある	薬物アレルギー「スティーブンス・ジョンソン症候群」の症状？
③皮膚が広い範囲で赤くなっている	
④広い範囲に水ぶくれができています	「ヘルペス」や「带状疱疹」のようなウイルス性疾患、「天疱瘡」などの自己免疫疾患？
⑤広い範囲に白斑ができています	「カンジダ」による真菌感染？
⑥がんの薬物療法・放射線療法を受けている	がん治療の副作用の場合は、病院での治療が必要！
⑦5日以上、症状が治まらない	1～2日使用しても悪化している場合は上記の可能性？

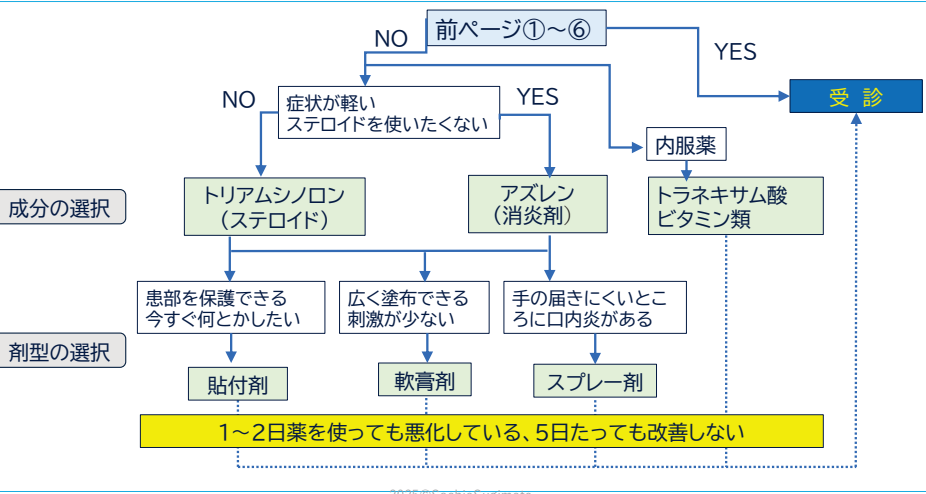
2025©Sachie Sugimoto

受診勧奨？ OTC医薬品？ トリアージ



2025©Sachie Sugimoto

受診勧奨？ OTC医薬品？ トリアージ



2025©SachieSugimoto

羊士社「OTC医薬品の比較と使い分け」参照、改変

口内炎セルフメディケーション～OTC医薬品の成分

	成分	特徴	注意
外用薬	アズレンスルホン酸Na	炎症組織に対する直接的な抗炎症作用	
	グリチルリチン酸	甘草の主成分 抗炎症作用	過剰摂取注意
	トリアムシノロン	抗炎症作用、抗アレルギー作用 糖質コルチコイド作用	長期連用注意
	アラントイン	抗炎症作用	口内炎に対する効果実証なし
	セチルピリジニウム	殺菌・消毒 口内炎の痛みの緩和	わずかに苦味
	シコン	ムラサキの根	口内炎に対する効果実証なし
内服薬	メントール	使用した際に爽快感	刺激を感じることもある
	トラネキサム酸	プラスミンの働きを抑え、抗出血、抗アレルギー作用	
	ビタミンB ₁	炭水化物のエネルギー産生に不可欠 神経の正常な働きを維持 腸管運動促進	欠乏は口内炎の原因
	ビタミンB ₂	脂質の代謝に関与 皮膚や粘膜を正常に保つ作用	欠乏は口内炎の原因
	ビタミンB ₆	たんぱく質の代謝に関与 皮膚や粘膜の健康維持、神経機能の維持	欠乏は口内炎の原因
	ビタミンB ₁₂	赤血球の形成に関与 神経機能を正常に保つ作用	高齢者、肉を食べない人に欠乏
	ビタミンC	抗酸化作用、メラニン産生抑制 皮膚や粘膜の機能を正常に保つ作用	野菜・果物を食べない人に欠乏

2025©SachieSugimoto

外用薬の剤型の特徴

	軟膏剤	貼付剤	スプレー剤
主成分	①トリアムシノロン ②アズレン ③グリチルリチン酸 ④アラントイン ⑤セチルピリジニウム	①トリアムシノロン ②グリチルリチン酸 ③シコン	アズレン セチルピリジニウム
特長	広く塗布できる 患部が複数個所の場合	患部を保護できる すぐに飲食したい場合	ノズルで噴射できる 患部に手の届きにくい場合
商品例	①アフタガード ①口内炎軟膏 大正クイックケア ①トラフル軟膏PROクイック ②③④⑤トラフル軟膏 ②③⑤サトウ口内軟膏	①トラフルダイレクト ①アフタタッチA ①口内炎パッチ大正クイックケア ②③口内炎パッチ大正A	クールスロート コナキッズ トラフルクイックショット 浅田AZのどスプレーS ストナのどスプレー チョコラBB口内炎リペアショット



2025©SachieSugimoto



OTC医薬品の副作用に注意

使用に際して、この説明書を必ず読むこと。また、必要な時に読むよう大切に保管すること。

アリナミンA
ビタミンB₁₂製剤

第3類医薬品

特 徴

- アリナミンAは、吸収にすぐれたビタミンB₁₂誘導体フルスルチアミンを配合し、毎日の生活の中で感じる、カラダが「だるい」「重い」といった疲れにすぐれた効果をあらわします。
- 補酵素(コエンザイムA)となつてエネルギーの産生に重要な働きをする(β-オクサロ酪酸カルシウムとフルスルチアミン、ビタミンB₆、ビタミンB₁₂を配合し、三大栄養素(脂質、タンパク質、糖質)を効率よくエネルギーに変える助けをするので、疲れたカラダにすぐれた効果をあらわします。
- 服用しやすい黄色の糖衣錠です。

△ 使用上の注意

相談すること

1. 服用後、次の症状があらわれた場合は副作用の可能性があるので、直ちに服用を中止し、この文書を持って医師、薬剤師または登録販売者に相談すること
2. 服用後、次の症状があらわれることがあるので、このような症状の持続または増強が見られた場合には、服用を中止し、この文書を持って医師、薬剤師または登録販売者に相談すること
3. 1ヵ月位服用しても症状がよくならない場合は服用を中止し、この文書を持って医師、薬剤師または登録販売者に相談すること

関係部位	症 状
皮膚	発疹・発赤、かゆみ
消化器	吐き気・嘔吐、 <u>口内炎</u>

2025©SachieSugimoto

イブA錠
第2類医薬品

解熱鎮痛薬 イブプロフェン配合製剤 痛み・熱

●イブA錠は、痛み・熱にすばやくすぐれた効き目をあらわすイブプロフェンに、その鎮痛・解熱効果を高めるアリルイソプロピルセチル尿素と無水カフェインを配合した製剤です。

(特 徴)
●痛みのもとにしっかりと作用して、つらい痛みをよく抑えます。
●のみやすい1粒のフィルムコーティング錠です。

△ 使用上の注意

× してはいけないこと (守らないと現在の症状が悪化したり、副作用・事故が起こりやすくなります。)

- 次の人は服用しないでください
(1)本剤又は本剤の成分によりアレルギー症状を起こしたことがある人。
(2)本剤又は他の解熱鎮痛薬、かぜ薬を服用してぜんそくを起こしたことがある人。
(3)15才未満の小児。
(4)出産予定日12週間以内の妊婦。
他の解熱鎮痛薬、かぜ薬、鎮静薬、果物酔い薬
- 本剤を服用している間は、次のいずれの医薬品も服用しないでください (医薬品があらわれることがあります。)
- 服用後、果物又は機械類の運転操作をしないでください
- 服用前後は飲酒をしないでください
- 長期連用しないでください

△ 相談すること

- 次の人は服用前に医師、歯科医師、薬剤師又は登録販売者に相談してください
(1)医師又は歯科医師の治療を受けている人。
(2)妊婦又は妊娠していると思われる人。(3)授乳中の人。
(4)高齢者。(5)薬などによりアレルギー症状を起こしたことがある人。
(6)次の診断を受けた人。心臓病、腎臓病、肝臓病、全身性エリテマトーデス、混合性結合組織病
(7)次の病状にかかったことがある人。胃・十二指腸潰瘍、潰瘍性大腸炎、クローン病
- 服用後、次の症状があらわれた場合は副作用の可能性があるので、直ちに服用を中止し、この説明書を持って医師、歯科医師、薬剤師又は登録販売者に相談してください

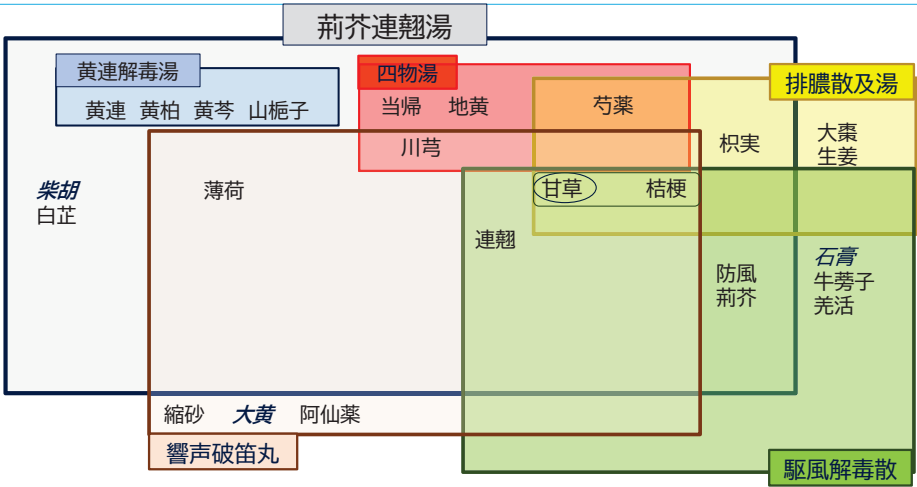
関係部位	症 状
皮膚	発疹・発赤、かゆみ、 <u>胃潰瘍</u> 、 <u>胃出血</u>
消化器	吐き気・嘔吐、食欲不振、胃部不快感、胃痛、 <u>口内炎</u> 、 <u>出血</u>
精神神経系	めまい
循環器	動悸
呼吸器	息切れ
その他	目のかすみ、耳なり、むくみ、鼻血、歯ぐきの出血、出血が止まりにくい、出血、背中・肩の痛み、過度の体温低下、 <u>血</u>

口やのどの症状に関する漢方薬

体力 効能効果	体力に関わらず	体力中等度以下	体力中等度	体力中等度以上
しわがれ声(嗄声)	甘草湯、 響声破笛丸	麦門冬湯、 茯苓飲合半夏厚朴湯	半夏厚朴湯	
口内炎	甘草湯	甘露飲	甘草瀉心湯、 半夏瀉心湯、 黄連湯、 葛根黄連黄芩湯	黄連解毒湯、 茵陳蒿湯
急性ののどの痛み	排膿散及湯、 甘草湯、 桔梗湯、 駆風解毒散	排膿湯、 麦門冬湯		排膿散、 小柴胡湯加桔梗石膏
慢性扁桃炎			柴胡清肝湯	荊芥連翹湯

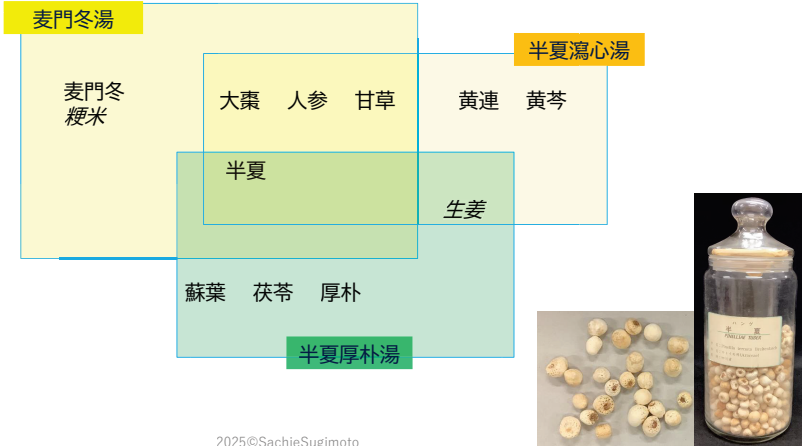
2025©SachieSugimoto

抗炎症・排膿・清熱作用のある生薬を含む漢方薬



2025©SachieSugimoto

半夏(唾液分泌亢進など)を含む漢方薬



2025©SachieSugimoto

本日の内容

- I. 口やのどの異常
1. のどの構造とがん
 2. 各疾患と一部のセルフメディケーション
①ステイブンス・ジョンソン症候群 ②尋常性天疱瘡 ③白板症 ④紅板症 ⑤ペーチェット病
⑥再発性アフタ ⑦口腔カンジダ症 ⑧扁平苔癬
⑨ウイルス性疾患(①ヘルペス性口内炎 ②帯状疱疹 ③手足口病 ④ヘルパンギーナ)
⑩シェーグレン症候群 ⑪口腔乾燥症
 3. 症状: ①炎症 ②かわき ③歯茎の出血
《参考》 歯周病と全身症状
《参考》 糖尿病と口の症状
《参考》 漢方の舌診
- II. 治療のトリアージ: セルフメディケーション(OTC医薬品)? / 受診?
口やのどにも関連する漢方薬
- III. 養生

2025©SachieSugimoto

生活習慣と養生

①バランスのとれた食事

五味:酸・苦・甘・辛・鹹

五色:緑・黄・赤・白・黒

《参考》https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_44138.html

「日本人の食事摂取基準(2025年版)」策定会議報告書」

②適度な睡眠(時間と質)

1日約7時間(昼寝30分以内)

《参考》<https://www.mhlw.go.jp/content/001305530.pdf>

「健康づくりのための睡眠基準2023」

③適度な運動

有酸素運動、ストレッチ、筋トレ

《参考》<https://www.mhlw.go.jp/content/001194020.pdf>

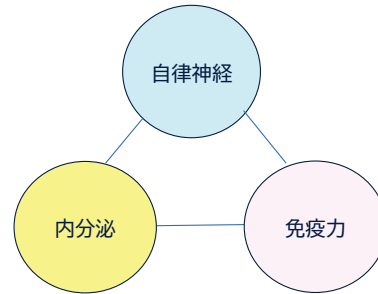
「健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023」

④休養

リラックスできる時間

ストレス解消の方法があること

《ホメオスタシス維持》



2025©Sachie Sugimoto



2025©Sachie Sugimoto