

のどアメの 舐め過ぎに注意！

ドクターズコンテンツシリーズ #25

はじめに

みなさんは「のどアメ」の種類を意識したことがありますか？
アメだからといって気軽に舐め続けていると、のどが治るどころか、かえってのどに悪い影響がでてしまう恐れがあります。



Doctor

共立耳鼻咽喉科

山野辺滋晴 先生

市販されているのどアメの分類

薬局やスーパー コンビニなど何処でも手軽に購入できるのどアメですが、配合されている成分によって大きく2つに分類されています。

医薬品 ・ 指定医薬部外品

【市販されているのどアメの分類と代表的な商品】

【第2類医薬品】

浅田飴、浅田飴せきどめ
(株式会社浅田飴)

【第3類医薬品】

南天のど飴
(常盤薬品工業株式会社)

【指定医薬部外品】*

ヴィックスドロップ
(大正製薬株式会社)

食品 (お菓子)

食品に分類されたのどアメは、味、形、色、爽快感を楽しむキャンディー類と同じで「のどの諸症状に効果がある」と医学的に証明された成分は配合されていません。

のどの症状を改善したい場合は、
医薬品・指定医薬部外品
が適しています。

*指定医薬部外品は、医薬品に比べて効果は緩やかです。

のどアメを連続して舐めてはいけない理由

のどに症状(せき、痛み)があるときに「連続して何個ものどアメを舐め続けた」といった経験はありませんか？実はのどアメを連続して舐めると、かえって症状を長引かせてしまう恐れがあります。

詳しくは次ページへ▶▶

⚠ 細菌やウイルスに感染しやすくなる のどアメの分類：医薬品、指定医薬部外品、食品

のどの粘膜には、体内に細菌やウイルスが侵入しても、感染する前に体外に排出する「**纖毛(せんもう)機能**」と呼ばれる機能が備わっています。
この機能を維持し、保護しているのは口内の唾液中の粘液です。



しかし、口内に食物が入ってくると**唾液**は「纖毛を保護する」役割から「食物を消化する」役割に切り替わってしまいます。

のどアメを連続して何個も舐め続けていると、のどを保護するための唾液中の粘液が不足した状態が続いてしまい、その結果「纖毛機能」のはたらきも失われてしまうのです。

⚠ 配合成分が舌やのどを傷める のどアメの分類：医薬品、指定医薬部外品

医薬品、指定医薬部外品に指定されたのどアメを何個も連続して舐めると、配合された成分が過剰に溶け出し、舌やのどの粘膜を傷めたりする恐れがあります。



のどアメと正しく付き合うポイント

症状に合ったのどアメを選ぼう

のどアメの購入、服用前に分類(医薬品、指定医薬部外品、食品)、効能を確認しましょう。



間隔を2時間以上あけよう

医薬品、指定医薬部外品の指定を受けているのどアメには**1回の服用後「2時間以上間隔を空けて服用」**と記載されています。
続けて舐める場合は、記載の容量・用法をよく読み、正しい間隔で服用しましょう。



※のど飴は1日5～6個程度の服用が目安です。

※食品に分類されたのどアメには間隔の指定はありませんが、たて続けに連続して舐めるのは止めましょう。

ドクターからの健康アドバイス「ドクターズコンテンツ」
サイトでは様々な症例をご紹介します。

この他にも...

・良性発作性頭位めまい症に
ご用心

など掲載中！

アイチケット広場



パソコン



スマホ



ケータイから

<http://park.paa.jp/>