

難を転じて笑顔の新年

分は脳の咳（せき）中枢の興奮を抑え、つらいせきを持続的に鎮めます。

してくださいね。

冬枯れの季節を迎え、寒さもいよいよ本番。年末年始の気ぜわしさを感ずる頃ですが、体調は万全でしょうか？ インフルエンザウイルスや新型コロナウイルスによる感染症の心配もあります。今年もそろそろお正月の祝い膳の準備を始めたいもの。祝い膳の赤飯などに添える南天の葉

は、鮮やかな緑の彩りだけでなく防虫や防腐の作用があるのをご存知でしょうか？

現在販売されている製品では、南天実エキスを使用了「南天のど飴（あめ）」が、よく知られています。これは一般的な喉あめとは区別され、薬

効を持つ第3類に分類される医薬品です。使用方法も

お薬と同じように決まっております。基本は食間に服用します。1回量（成人・15歳以上）3錠を1錠ずつ口中に含み、かまずにゆっくり溶かしてください。1日3回まで。また1回分を服用後は2時間以上の間隔を置いて服用

「南天実（なるとんじつ）」と呼び、漢方薬の原料の薬用植物として栽培されてきました。その「南天実」に含まれる「ドメスチン」という主成分は、喉の気管に直接作用して気管支を広げ、せきを鎮めます。また体内に吸収された成

分は脳の咳（せき）中枢の興奮を抑え、つらいせきを持続的に鎮めます。

ただし効果があるとはいえ、この時季のせきは要注意。少しでも症状が続くときは自己判断せず、きちんと医療機関にかかりましょう。2020（令和2）年の災いを、南天にかけて「難を転じて」、2021年は皆さ



ますが笑顔でいられますように。笑う門には福来る。

（薬剤師 西 美香）

薬話 よもやま

[61]

松阪地区薬剤師会

