

お薬と電解質の関係

～今日の検査値、確認しましたか？～

お薬は適切な量を使用することで病気を改善する（効果）一方で、好ましくない影響（副作用）を及ぼすことがあります。血液検査により、適切な量の確認や好ましくない影響をいち早く察知することができますので処方せんと検査値を合わせてお出してください。

今回は血液検査の中で、電解質（Na・K）の見方と薬の影響について解説します。

〈代表的な電解質：ナトリウム・カリウムってなあに？〉

- Na（ナトリウム）の働き：細胞の外側の水分量や浸透圧を一定に保つ働きがあります
- K（カリウム）の働き：神経や筋肉の興奮・伝達・収縮などに働きがあります。

〈どんなお薬で Na・K 値に影響する事がありますか？〉

- 利尿薬、漢方薬、高血圧治療薬など

※基準値を逸脱した場合でも症状には個人差があります。また病気の影響でも電解質の異常が起きることもあります。



〈脱水症ってなあに？：電解質バランスが崩れる要因の1つです。〉

- 人間の身体は、成人で6割が体液から成っています（お年寄りでは5割、新生児では7～8割）。体液とは、血液・リンパ液・粘液・消化液・唾液・尿など、人間の身体が生命活動を行ううえで欠かすことのできないものです。この体液が失われた状態を、脱水症といいます。以下のようなときには特に注意が必要です。
 - 体調不良などであまり食事をとれない時（水分は食事からも取り込まれています）
 - 暑い時（汗で多くの水分が奪われます）
 - 嘔吐・発熱・発汗（水分が多く体外に排出されます） 等
- 脱水になった時は？
 - 近年、温暖化の影響もあり夏場の脱水は、よく知られていますが、冬場にも脱水になることがあります。第一の原因は、ウイルス感染でノロウイルスによる下痢、嘔吐などがあります。その際は、水分に加えて電解質の補充が必要となってきます（水を飲むだけでは改善しません）現在、市販の経口補水液が市販されていますが、ご自宅での作成も可能なため紹介いたします。

〈基本的な作り方〉水 1L、塩 3g（小さじ1/2）、砂糖 40g（大さじ4と1/2）

〈アレンジ〉（大久保病院レシピ）100%リンゴジュース 500mL、塩 3g（小さじ1/2）、水 500mL



すべてを混ぜる



〈参考〉やさしく学ぶための輸液・栄養の第一歩 作成 株式会社大塚製薬工場

監修：新宿区薬剤師連携協議会

作成日：2019年5月（初版）