

(有) 静岡健康企画 ことぶき薬局 TEL055(977)6024 たまち薬局 TEL054(251)1678
ひまわり薬局 TEL053(463)4312 みかん薬局 TEL053(584)2230 いちご薬局 TEL055(946)6430

薬用せっけん 殺菌や抗菌と書かれた製品をつい買っていないか？

学校や病院、トイレの洗面所に必ずと言っていいほど置いてある「石けん」。最近は液体が多く、「殺菌」「薬用」って書いてあるのがほとんどですね。普通の固形石けんと、薬用石けんって何が違うのでしょうか？石けんは、油・水・苛性ソーダでできています。ここに、殺菌成分などを足すと「医薬部外品」となり、「薬用」石けんという表示になります。肌の殺菌を目的に作ってあるから、「薬用」なんですね。普通の石けんは、汚れを落とす洗浄剤の一つということです。

2016年9月2日、アメリカ食品医薬品局(FDA)が、19種類の殺菌剤を、「抗菌効果」があるとされていたものが根拠がないとして、それを含有する薬用石鹸やボディソープなどの販売を禁止すると発表しました。

殺菌剤のうち「トリクロサン」と「トリクロカルバン」という成分は、日本でも殺菌作用をうたう石鹸やハンドソープ・ボディソープ・歯磨き粉などに広く使用されており、さらに、防腐剤・抗菌剤・消臭剤として、化粧水やクレンジング剤・美容液・フェイスクリーム・日焼け止めといった化粧品類等幅広く添加されています。

「トリクロサン」や「トリクロカルバン」は環境ホルモン作用が指摘され、内分泌かく乱作用や筋収縮異常との関連が懸念されている成分です。動物実験の結果では肝硬変や肝細胞がんの発症リスクが高まるとされています。食品添加物ではないとはいえ、皮膚を通して体内に取り込まれることがわかっており、歯磨き粉、マウスウォッシュなど口腔に使用する製品によって体内に取り込まれる可能性も高くなっているようです。



このようなアメリカやヨーロッパの動きを受けて日本の厚生労働省も同30日、業者に対して、1年以内に代替品の承認申請か、承認取り下げの届け出を出すように求めています。これを受けて日本の各メーカーでは「トリクロサン」や「トリクロカルバン」をイソプロピルメチルフェノールなど別の殺菌成分の商品に切り替え始めているようです。

しかし、そもそも抗菌石鹸を使用する必要があるのかどうか？複数の外科の医師は手術する前でも普通の石鹸で手を洗い、水でよく流し、アルコールスプレーで消毒をする程度だといいます。その上で手術用手袋をしますが、抗菌石鹸を使うという声はなかったそうです。しかし現代人の多くは手洗いに限らず、普通の生活を送る上でも殺菌・抗菌という言葉に過敏になり過ぎてきてしまっているように思います。つまり逆に免疫力低下やアレルギーなど様々な悪影響が問題となっているのです。「薬用」「除菌」「殺菌」「抗菌」などの、表示に対する固定概念を自ら洗い流し、表示よりも、むしろ手洗いの基本的な動作が大切なのです。

手洗い 感染を起こすには様々なルートがあります。

「経口感染」⇒口から食べ物とともに感染する。

「飛沫感染」⇒くしゃみや咳とともに見えない小さな粒子となって排出された病原体が鼻や口から感染する(空気感染)

「接触感染」⇒汚染された物に触って感染する

様々な感染経路がありますが、基本的には手洗いでかなり感染が防げるといわれています。特に接触感染や経口感染の予防には欠かせないことです。

☆「せいけつ手洗い」の手順を覚えましょう

手洗いするときを思い浮かべてみましょう。手の平は一生懸命洗う人が多いかもしれませんが、指先、親指、指の間、手首などは不十分になりやすいです。また、きき手は洗い残しが多くなるので、気をつけましょう。

中途半端な手洗いでは逆効果！感染予防の基本「手洗い」にも、大きな落とし穴があります。手についた菌は、表面だけでなく、シワやひだ、爪の端などのくぼみの中にも入り込んでいます。そのため、中途半端な手洗いだと、くぼみから出てきた菌がしっかり洗い流されず、かえって手の表面に広がってしまうことがあるのです。



そこで専門家が推奨しているのが、「20秒以上かけて、せっけんをしっかり泡立てて洗う」こと。「Happy Birthday」を2回歌う時間が目安。トイレのあとや調理する直前、病人の世話をした後などは特に、この方法でしっかり手洗いすることをおすすめします。

参考文献 ビジネスジャーナル 文責 山本知佐子