



# ひまわり

～授乳中のママと市販のお薬の付き合い方～



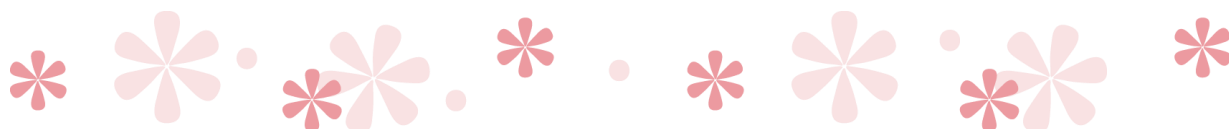
聖隷浜松病院薬剤部 作成  
総合周産期母子医療センター監修

2014.7 作成

2014.11 改訂

2021.11 改訂

2025.9 改訂







## ご出産おめでとうございます

忙しい子育ての中、お母さんが体調を崩したり、風邪をひいたりしてしまうこともあります。

でも、母乳を与えている間は、お薬を飲んでも良いのか不安になりますよね。授乳中だからといって、症状を和らげるお薬を使用できないのは辛いことかもしれません。病院に受診する時間もありませんから、市販のお薬を飲もうかなと思われることもきっとあるでしょう。

このパンフレットでは、市販のお薬について、どのお薬であれば比較的安全に飲むことが出来るのか簡単にご紹介してありますので、是非、今後の参考にしてください。

お母さんが服用したお薬は母乳中にいくらか出てきます。赤ちゃんは母乳を通して、少量のお薬を飲むことになります。このため多くのお薬の添付文書には「使用中は授乳を避けること」と記載されています。しかし、その量はごくわずかなため、基本的に赤ちゃんへのお薬の影響を気にしなくて良いものがほとんどです。ですから、ほとんどの市販のお薬は、決められた用法用量で使用すれば授乳を続けることができます。

一つ一つの成分については次のページからご紹介しています。



## 成分名と商品名について

このパンフレットには、

成分名：成分としての名前

商品名：商品としての名前

の2種類がでてきます。

成分名は、お薬の箱に記載されていますので、購入する際に確認してください。

例)

成分名：■■■・・・ 10 mg

△△△・・・ 5 mg

×××・・・ 7 mg

添加物：○○○、▽▽▽



※ 成分表示には添加物も記載されていますが、お薬としての作用はありません。授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

# 目次

痛み止め	P1
かぜ薬	P3
下剤	P5
痔の薬	P6
胃薬	P7
花粉症の薬	P9
外用薬	P11

## パンフレットに記載されている 授乳中のお薬服用の解釈について

- ♥・・・授乳中も安全に使用できるお薬です。
- △・・・条件付で使用可能なお薬です。
- ⚠・・・授乳中の使用には注意が必要です。

※ 当パンフレットには聖隷浜松病院総合周産期母子医療センターとしての判断が含まれています。当院以外に受診されている場合には、それぞれの病院、医師によって判断が異なる場合もありますので、参考資料としてご利用ください。また、医学は日々進歩しています。これからの研究によって、授乳とお薬に関する情報が変わることもありますのでご了承ください。



## 授乳中に安心して飲める痛み止めは？



### ♡♡ アセトアミノフェン

（商品：タイレノールA<sup>®</sup>、ラックル<sup>®</sup>速溶錠 等）  
医療用医薬品の「カロナール<sup>®</sup>」と同じ成分です。  
赤ちゃんの解熱剤としても使われる成分になります。

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少なく、赤ちゃんへの影響はみられていない成分のため、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。



### ♡ ロキソプロフェンナトリウム

（商品：ロキソニンS<sup>®</sup>）

医療用医薬品の「ロキソニン<sup>®</sup>、ロキソプロフェンNa<sup>®</sup>」と同じ成分・量です。

出産後の痛み止めとしてよく使われます。

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少ないので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

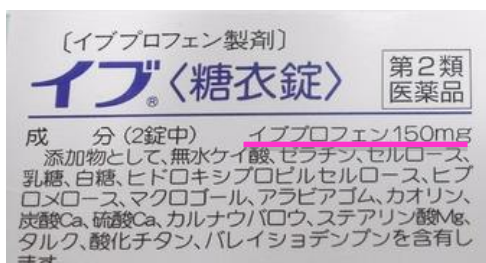


### ♡ イブプロフェン

（商品：イブ<sup>®</sup>、リングルアイビー<sup>®</sup> 等）

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少なく、イブプロフェン自体は万が一赤ちゃんが飲んでも、影響がみられていない成分のため、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。ただし、同じイブでもイブ<sup>®</sup>A とイブクイック<sup>®</sup>は鎮痛成分の他に多くの成分が配合されているお薬となります。成分名をよく見て注意しましょう。

#### 【イブ】



同じメーカーの商品でも、シリーズ商品として同じような名称で異なった成分を含有して何種類も販売されていることがあります。購入時には成分をよく読んで、出来るだけ成分の種類が少ないものを選ぶようにして下さい。

#### 【イブA】

成分		2錠中
イブプロフェン	150mg	アリルイソプロピルアセチル尿素 … 60mg
酸化マグネシウム	100mg	無水カフェイン … 80mg
添加物：無水ケイ酸、セルロース、ヒドロキシプロピルセルロース、ヒプロメロース、マクロゴール、ステアリン酸Mg、タルク、酸化チタン		



## アスピリン（アセチルサリチル酸） （商品＝バファリンA<sup>®</sup>、バファリンライト<sup>®</sup> 等）



母乳中に出てくるお薬の量はわずかですが、赤ちゃんに手の震えなどの影響があったという報告があります。授乳中は注意が必要な成分ですので、他の痛み止めを選びましょう。

治療のために医療機関から処方されている方は自己判断で中止しないで、まずは医師や薬剤師に相談してください。

※同じバファリンでも、バファリンプレミアム<sup>®</sup>、バファリンルナ<sup>®</sup>などにはアスピリンは含まれておらず、授乳中も使用できます。

## カフェインと授乳

痛み止めやかぜ薬にはカフェインが含まれているものがあります。妊娠・授乳中は「コーヒーを飲んではいけない」と言われることがあります。赤ちゃんへの影響としては、不眠・興奮などがあります。しかし、授乳中のお母さんが飲むコーヒーは1日に2～3杯ならいいのではないかとされています。痛み止めや風邪薬に含まれているカフェインの量もコーヒー1杯程度ですので特に赤ちゃんに影響があるとは考えられません。

ただし、コーヒー以外にも、日本茶（特に玉露）や紅茶、ウーロン茶や栄養ドリンクなどにもカフェインが含まれていますので、これらの飲み物も考慮しましょう。



## 痛み止めを使用する際に注意すること

頭痛、生理痛などの痛みがあるときに使用してもかまいません。ただし、乳腺炎の症状がある場合には、薬剤を使用する前に産科外来への相談をお勧めします。

乳腺炎の症状については、入院中の退院指導や母親学級のテキストを参考にしてください。



## 授乳中に飲んでもよいかぜ薬は？

お薬が母乳中に出てくる量は少ないため、用法用量を守れば授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

### I. 解熱鎮痛成分

♡ アセトアミノフェン、イブプロフェン 等  
熱を下げ、喉・筋肉・関節の痛みを改善する成分です。



### II. 抗ヒスタミン成分

♡ マレイン酸クロルフェニラミン、塩酸ジフェンヒドラミン、メキタジン 等  
鼻水、くしゃみを和らげる成分です。  
お母さんも眠たくなる作用がありますので、赤ちゃんもウトウトすることがあります。



### III. 咳止め・気管支拡張成分

♡ デキストロメトルファン、ノスカピン、チペビジン 等  
咳を鎮めたり、気管支を広げ呼吸を楽にしたりする作用があります。

### IV. 去痰成分

♡ L-カルボシステイン、ブロムヘキシン塩酸塩 等  
出にくい痰や鼻汁を分解し、炎症を鎮めます。



## 注意すること

かぜ薬は色々な成分が含まれており、各成分の配合量も商品によって異なります。風邪の症状に合わせて最も適切なものを薬剤師に選んで貰いましょう。数日服用しても改善が見られなければ、かかりつけ医を受診するようにしましょう。

## V. 口腔咽頭薬・うがい薬

喉の痛みや炎症を抑えます。  
うがい薬は局所に効き身体に吸収されないため授乳中も安心して使用できます。



### ♥ アズレンスルホン酸ナトリウム

(商品名：パブロンうがい薬 AZ<sup>®</sup>、浅田飴 AZ うがい薬<sup>®</sup>)

### △ヨード系うがい薬 (商品名：イソジン<sup>®</sup>)

短期間の使用であれば問題ありませんが、ヨードは授乳移行性が高いため長期使用や予防のための常用は避けましょう。  
乳児の甲状腺機能低下症を引き起こす可能性があります。

## VI. 漢方

### ♥ 葛根湯

授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。  
(乳腺炎の予防・治療に使用することもあります。)



風邪をひいたときに授乳をしていると赤ちゃんに風邪をうつしてしまいそうで怖いと思いませんか？

でも、母乳育児を中止する必要はありません。

母乳には免疫成分がたっぷり含まれているので赤ちゃんが風邪をひく心配はあまりいらないのです。ただ、この成分は生後6ヶ月以降減ってきます。風邪をひいているときに授乳する際には、きちんと手を洗い、マスクをするようにしましょう。



## 授乳中に飲んでもよい下剤は？

### I. 緩下剤

便の中の水分を増やし、便をやわらかくして便秘を改善します。

また、習慣性も少ないため長期的に使用しても効果が得られるお薬です。

十分な効果が得られない場合は、大腸刺激性下剤を追加します。



#### ♡ 酸化マグネシウム

（商品：ミルマグ<sup>®</sup>液、スラーリア<sup>®</sup>便秘薬 等）  
医療用医薬品の「酸化マグネシウム錠<sup>®</sup>」「マグラックス<sup>®</sup>」「マグミット<sup>®</sup>」と同じ成分です。胃や小腸から吸収されにくく、吸収されても、身体の中に存在している成分なので赤ちゃんへの影響はないでしょう。病院でも便秘の授乳婦さんによく使用されている成分です。



### II. 大腸刺激性下剤

大腸を刺激して腸の動きを活発にして排便を促します。効果が得られやすい反面、習慣性があるため長期間の服用には向かないお薬です。

#### ♡ ピコスルファートナトリウム水和物、ピサコジル

（商品：スラット<sup>®</sup>、コーラック<sup>®</sup> 等）

ピコスルファートナトリウム水和物は医療用医薬品の「ピコスルファートナトリウム内用液<sup>®</sup>」「ラキソベロン内用液<sup>®</sup>」と同じ成分です。胃や小腸から吸収されにくく、母乳中に出てくる量は非常に少なく授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。



#### △ センナ、センノシド

（商品：センナ錠<sup>®</sup> 等）

植物由来成分と表示されているお薬に含まれている成分です。

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少ないので、通常量であれば授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

ただし、赤ちゃんのうんちも緩くなることがあります。

## 授乳中に使ってもよい痔のお薬は？

痔核（いぼ痔）・裂肛（きれ痔）の痛みやかゆみ、出血、炎症などをやわらげます。

塗るタイプのお薬は、塗った部分にのみ作用して、全身には影響しないため、母乳中にほとんど出てきません。授乳中も安心して使用できます。

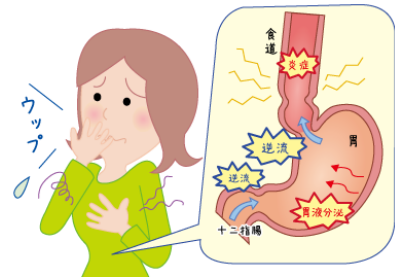
紹介してきた中で授乳中の痛み止め・かぜ薬の内容については当院ホームページにて動画で紹介しています。  
また、授乳中の市販薬との付き合い方についても動画で配信を行ってますので併せてご活用ください。

【妊娠中・授乳中のお薬について】  
痛み止め、かぜ薬、市販薬との付き合い方



## 授乳中に飲んでもよい胃薬は？

胃薬には様々な種類がありますので症状にあったお薬を選びましょう。  
症状が重い場合や激しい腹痛などの場合には、自己判断せずに医療機関を受診しましょう。



### I. 胃酸分泌抑制薬

胃酸の過剰な分泌を抑えます。

♡ ニザチジン（商品：アシノンZ<sup>®</sup> 等）

♡ ファモチジン

（商品：ガスター10<sup>®</sup>、ニチブロック10<sup>®</sup> 等）

♡ ラニチジン塩酸塩（商品：アバロンZ<sup>®</sup>）

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少ないので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。



### II. 鎮痛鎮痙薬

痛みを和らげます。

△ ブチルスコポラミン臭化物

（商品：ブスコパンA<sup>®</sup>錠、ブチスコミン<sup>®</sup> 等）

お薬が母乳中に出てくる量はわずかであり、短期間の服用であれば問題ないでしょう。

ただし、母乳の分泌量が低下する可能性があるため、長期間服用が必要な場合は、赤ちゃんの体重の変化を観察しましょう。

♡ ロートエキス

授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。



### III. 胃粘膜保護薬

胃の粘膜を丈夫にします。

♡ テプレノン

（商品：セルベール<sup>®</sup> 等）

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少ないので、授乳しても差し支えないでしょう。



※配合薬には以下の成分が含まれていることがありますので参考にしてください。

#### Ⅳ. 制酸薬

過剰な胃酸を中和します。

- ♡ 沈降炭酸カルシウム
- ♡ スクラルファート水和物
- ♡ 水酸化アルミニウム
- ♡ 水酸化マグネシウム

胃や小腸から吸収されにくく、母乳中に出てくる量は非常に少ないので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

#### Ⅴ. 消化酵素

- ♡ リパーゼ
- ♡ ウルソデオキシコール酸

母乳中に出てくる量は非常に少ないので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

#### Ⅵ. 漢方成分

- ♡ ソウジュツ
- ♡ コウボク

授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。



## 授乳中に使ってもよい花粉症のお薬は？

花粉症のお薬には局所作用のある外用薬（点眼薬・点鼻薬）と全身作用のある内服薬があります。ご自身の症状にあったお薬を選びましょう。

### ●飲み薬●



#### I. 抗アレルギー薬

鼻水を止めたり、かゆみを抑えたりする作用があります。

- ♡♡ ロラタジン（商品：クラリチンEX®）
- ♡♡ セチリジン塩酸塩（商品：コンタック®鼻炎Z 等）
- ♡♡ フェキソフェナジン塩酸塩（商品：アレグラFX®）
- ♡ エピナスチン塩酸塩（商品：アレジオン®）
- ♡ エバスチン（商品：エバステルAL®）
- ♡ アゼラスチン塩酸塩（商品：スカイナー®AL錠 等）
- ♡ ケチフェンフマル酸塩  
（商品：パブロン®鼻炎加° ㄗ 等）
- ♡ クロルフェニラミンマレイン酸塩  
（商品：アレルギーール®錠 等）

母乳中に出てくる量は非常に少ないと言われていますので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。  
お母さんも眠たくなる作用がありますので、赤ちゃんもウトウトすることがあります。

紹介した内容については動画でも紹介していますので、併せてご活用下さい。



※配合薬には以下の成分が含まれていることがありますので参考にしてください。

かゆみを抑える作用があります。

♡ グリチルリチン

植物由来の成分です。用法用量を守れば授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

## II. 鼻炎用内服薬

主として粘膜のうっ血状態を改善して鼻づまりを緩和します。

♡ 塩酸プソイドエフェドリン

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少ないとされていますので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。ただし、赤ちゃんがむずかったりすることもあります。

♡ 塩酸フェニレフリン

お薬が母乳中に出てくる量は非常に少ないとされていますので、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

出にくい痰や鼻汁を分解し、炎症を鎮めます。

♡ 塩化リゾチーム

お薬がお母さんの体内に吸収される量は非常に少ないため、授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。  
ただし、卵白由来の成分ですので卵アレルギーのお母さん、赤ちゃんは避けましょう。

## III. 漢方薬

♡ 小青竜湯

授乳中に飲んでも差し支えないでしょう。

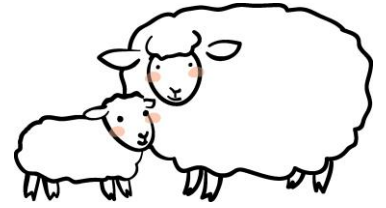




## 外用薬って授乳中でも使用出来る？

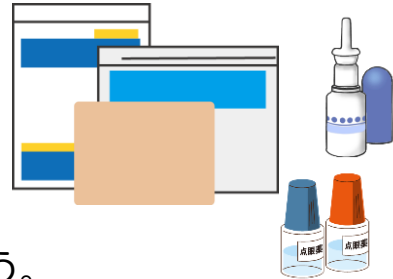
### I. ラノリン

羊毛から得られる脂肪様物質を抽出した成分です。天然成分であることから乳児の口に入っても影響しない成分としてリップクリームなどにも活用されています。



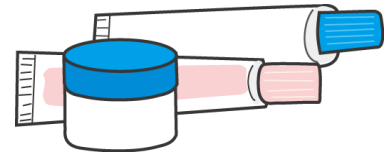
### II. 湿布薬・点眼薬・点鼻薬

上に書いてある薬剤は、使用した部分にのみ作用し、全身には影響しないため、母乳中にほとんど出てきません。授乳中に使用しても差し支えないでしょう。



### III. ステロイドの塗り薬

外用薬は内服薬に比べ身体の中に吸収される成分の量が非常に少ないため、母乳に移る成分は非常に少ないとされています。



ステロイドは体内でも分泌されるホルモン

の 1 つであり、万が一母乳に外用薬の成分が移行したとしても、体内の分泌量に比べると非常に少ないため、赤ちゃんへの影響があるとは考えられていません。

ただし、強くすり込まない、赤ちゃんの口が触れる部位に塗らないなどの注意が必要です。

外用薬(点眼薬・点鼻薬・点耳薬・貼付剤・軟膏/クリーム等)の局所的な使用では、お母さん自身の血液中に吸収される薬の量が非常に少ないために、母乳中へ移行する薬の量はごくわずかであるとされており、通常量の使用では、赤ちゃんに影響する可能性は低いと考えられます。

赤ちゃんが触れる部位に塗る際には一度拭き取ってから授乳するようにしましょう。

## 授乳中にお薬を飲むときに、気をつけることは…

- ① 市販のお薬にはいくつも成分が入っていることが多いので、注意が必要です。できるだけ**単剤**（含まれている成分が一つ）のものを選んでもらいましょう。市販のお薬を購入する際には必ず薬剤師に『**授乳中である**』ことを伝えましょう。
- ② お薬を服用したあとは**赤ちゃんの様子をよく観察**しましょう。赤ちゃんがいつもよりウトウトしていないか、むずかったりしないか、発疹が出てこないか、下痢をしないかなどが目安になります。
- ③ 市販のお薬の多くは服用中に授乳を続けられる成分が含まれています。**授乳をやめてしまうと、乳腺炎になってしまうことがあります**ので注意してください。

最近はインターネットや雑誌等で簡単に情報が手に入ります。いろいろな情報があふれていて、どの情報が正しいのか判断するのはなかなか難しいことです。少しでも心配なことがあれば、薬剤師にご相談下さい。



総合病院 聖隷浜松病院 薬剤部  
〒430-8558 浜松市中央区住吉 2-12-12  
TEL：053-474-2222  
(平日 8：30～17：00)