

# 処方箋なしで買える薬

2024年11月ようこそオランダへ委員会

オランダ医療の基本姿勢は、重病を除けば、ごく一般的な病気に関する限り人間の体に本来備わっている「自然治癒力」に委ねるという考えのため、ホームドクターは薬をすぐには出さない。しかし、最近は処方箋なしで買える薬が増えている。そういった薬はApotheek (調剤薬局) やDrogist (ドラッグストア)などで購入できるが、ApotheekとDrogistは販売取扱い品目が異なり、Drogistでは処方箋に書かれた薬を販売する資格がない。Apotheekでは症状を伝えて相談すると薬剤師が処方箋の必要ない薬の中から適切なものを選んでくれることもある。また、処方薬については内容や服用方法について説明してくれる。オランダ人と日本人では体格が違うこともあり、内服薬の容量(1回量や1日の限量)はオランダの薬の方が大きいことが多いため注意が必要。※あすなる不動産の生活情報サイトに主要な薬が写真付きで掲載されている。

<https://asunaro.nl/about/living-in-holland/medicine/>

薬品分類	メーカー・商品名	備考	症状などのオランダ語表記	薬の形状等
解熱鎮痛剤 (pijnstillert)	Finimal・Panadol Sinaspriil (kinder)など	有効成分はParacetamol (アセトアミノフェン)。薬局、スーパーなどのオリジナルブランドでも「Paracetamol」として販売されている。子ども用はシロップ・座薬など様々なものがあり、3ヶ月以上の乳児から使用可能な製品もある。	発熱: koorts 頭痛: hoofdpijn 歯痛: kiespijn	錠剤 タブレット 座薬 シロップ
	Nurofen・Advil など	有効成分はイブプロフェン。薬品、スーパーなどのオリジナルブランドでも「Ibuprofen」として販売されている。		
風邪・インフルエンザ (verkoudheid -griep)	Antigrippine・Hot coldrex など	日本の総合感冒薬とは異なり、熱や頭痛などを抑えるのみで、鼻水や咳には対応していない。錠剤と、お湯に溶かして飲むタイプがある。ビタミンC配合。	風邪: verkoudheid インフルエンザ: griep くしゃみ: niezen	錠剤 お湯に溶かす 顆粒
	Vicks vaporub・Dampo(Verkoudheidsbalsem)など	くしゃみ、鼻水など風邪や鼻炎の症状の緩和。バームを胸や背中に塗ったり、お湯に溶かし蒸気を吸い込んだりして使用。		塗り薬
鎮咳薬 (hoest)	Dampo (hoestsiroop)	咳止めシロップ。胸や背中に塗るタイプ(Verkoudheidsbalsem)と間違わないよう購入時には注意。	咳: hoest シロップ: siroop	シロップ
	Natterman	咳の種類、症状の強弱ごとに成分の異なる複数の製品がある。子ども用もある。		シロップ スプレーなど
去痰薬 (expectorant)	Bisolvon Broomhexine	痰の出る咳に。	痰の出る咳: vastzittende hoestdoor taai slijm	シロップ 錠剤

薬品分類	メーカー・商品名	備考	症状などの オランダ語表記	薬の形状等
喉の痛み (keelpijn)	Trachitol・Strepsils	薬用トローチ。 製品によって鎮痛、抗菌真菌剤などの効果で 喉の痛みや炎症を抑える。	喉の痛み: keelpijn	トローチ 飴
	Mucoangin	アンブロキシール塩酸塩含有。局所麻酔効果 により喉の痛みを抑える。		トローチ
	Keelspray	スプレータイプの喉薬。		スプレー
	Ricola	薬用ハーブ成分が入ったのど飴。 スーパーでも購入可。		飴
鼻炎・鼻詰まり アレルギー性 鼻炎 (sinusitis・verstoppe・neus)	Otrivin	鼻詰まりの解消を目的とした生理食塩水(zout oplossing) の鼻スプレー。製品は乳児から使用可能な製 品もある。鼻炎に対する有効成分であるxylo metazoline(キシロメタゾリン)の製品は大人用と 子ども用があり、続けて使用できるのは1週間 まで。	鼻詰まり: verstopte neus 鼻水: loopneus 副鼻腔炎: sinusitis 花粉症: hooikoorts	スプレー 滴薬
	Sinex	鼻詰まり・鼻炎などの症状の緩和。		スプレー
	Natriumcromoglicaat neusspray	花粉症やアレルギーによる鼻の諸症状の緩 和。		
花粉症 (hooikoorts)	Loratadine・Cetirizine Allegraなど	抗アレルギー薬。 アレルギー症状(鼻炎・目の痒み・蕁麻疹など) の緩和。	花粉症: hooikoorts	錠剤
胃薬 (maagmiddelen)	Rennie	胸焼け・胃酸過多の症状緩和。	胃酸過多: maagzuur 胸焼け: zure oprispingen 胃潰瘍: maagzweer 胃痛: maagpijn	チュアブル錠
	Zantac	胸焼け・逆流性食道炎の症状緩和。		錠剤
	Iberogast	自然成分の胃薬。胃痛・胸焼け・消化不良・ 吐き気など。年齢に合わせた用量を少量の水 やお茶に1滴ずつ垂らして服用する。(瓶入り で1滴ずつ出る。大人は20滴)		液薬
下痢止め (darmmiddelen・ diarree)	Norit	下痢止め薬。	下痢: diarree	錠剤
	Imodium	下痢止め薬。有効成分は「ロペラミド」。効果 が強いため、使いすぎると便秘になる。		
便秘薬 (verstopping)	Dulcolax	便秘がちな時に。	便秘: verstopping	錠剤・座薬
痔の薬(aambeien)	Sperti・Theranal	塗り薬と座薬がある。	痔: aambeien	軟膏・座薬
歯痛(kiespijn)	Dentinox	歯の出現時の痛みの治療に使用。 (子ども用)	歯痛: kiespijn	塗り薬
点耳薬 (oor druppels)	Otalgan (oordruppels)	中耳炎などによる耳の痛みを軽度の麻酔の 作用で和らげる。 同じOtalganブランドで、耳垢を柔らかくするた めの点耳薬(oorsmeer)も有。	耳痛: oorpijn 耳垢: oorsmeer	点耳薬

薬品分類	メーカー・商品名	備考	症状などの オランダ語表記	薬の形状等
目薬 (oogdruppels)	Optrex(refreshing-oogdruppels)	疲れ目、目のリフレッシュ。	目薬: oogdruppels 花粉症: hooikoorts アレルギー反応: allergische reacties	点眼薬
	Vidisept	ドライアイに。		
	ものもらいなどには抗生剤入り目薬が必要なため、ホームドクターの処方箋が必要。			
口内炎 (mondwondjes)	Pyravex	口内炎用塗り薬(液体)	口内炎: mondwondjes	塗り薬
口唇ヘルペス (koortslip)	Zovirax	唇の周りに繰り返しできる疱疹(口唇ヘルペス)等の抗ウイルス薬。	口唇ヘルペス: koortslip	クリーム
乗り物酔い (reisziekte)	Primatour Suprimal	乗り物に乗る前に服用。	乗り物酔い: reisziekte	錠剤
水虫の薬 (voetschimmel)	Daktarin	水虫の薬。	水虫: voetschimmel	クリーム パウダー
筋肉痛 (spierpijn)	Perskindol	主に筋肉痛・関節痛の緩和。製品ライン(赤・青・黄)によって効能が異なる。	筋肉痛: spierpijn 関節痛: gewrichtspijn	ゲル スプレー
	Midalgan (warm, cooling)	温感タイプと冷感タイプがある。		ゲル クリーム
軟膏(zalf)	Calendula zalf	あかぎれ、皮膚の荒れなどを緩和。	肌荒れ ruwe huid	軟膏
虫刺され (insectenbeten)	Azaron	蚊、蜂、アリ、クラゲなどの毒によるアレルギー反応(痛み、痒み)の軽減。(抗ヒスタミン系)	虫刺され: insectenbeten クラゲ刺され: kwallenbeten イラクサ: brandnetels 痒み: jeuk	クリーム スティックペン
	After bite	蚊、蜂、アリ、クラゲ、イラクサなどによる痒みなどの軽減。		
虫除け (anti-insect)	Care plus	有効成分にDeetが含まれているものと、レモンユーカリ油などの自然成分でできたものがある。Deetが含まれている製品については、顔や目につかないよう注意。(特に子ども)	虫除け: anti-insect	スティック スプレー クリームなど
ポイズン リムーバー (poison remover)	Sting-bite-kit	ハチやブヨなど毒虫に刺された際に毒を吸引する道具。注射器のような形状。		吸引器
消毒液 (ontsmettingsmid del)	Hansaplast Wondspray・ Betadine (ポピドンヨード)など	傷口の殺菌消毒。	傷: wond	液薬 軟膏
シラミの薬 (hoofdluizen)	Prioderm	ローション、シャンプー、スプレーなどがある。シャンプーの場合、1週間後に再びこの薬で洗髪する。	頭シラミ: hoofdluizen	ローション スプレー シャンプー