知っていると便利！フランスの一般的な風邪薬４品



季節の変わり目や寒い時期は、風邪を引きやすいですよね。私の住んでいるグルノーブルでも、すでに初雪を迎えました
。この記事では、フランスで風邪を引いた際、
処方箋がなくても薬局で手軽に買える風邪薬についてご紹介します。

一般的な風邪薬

まずは一般的な風邪薬を２つご紹介します。

・Doliprane

解熱鎮痛剤
です。値段は約２€で、１箱に８個細長い錠剤が入っています。錠剤は第１関節ほどの大きさで、人によっては飲み込むのが少し大変かもしれません。この薬には体重50kg以上の人向けと、それ以下の人向けとがあります。１日に３回まで服用可能で、４時間以上の服用間隔を空ける必要があります。とにかく熱をすぐに下げたい時、痛みが強い時への効果が期待できます。

・Actifed rhume

総合風邪薬
で、パッケージによると鼻詰まりや鼻水、熱や頭痛に効果があるとのことです。約４€で購入でき、１箱に15個、ラムネのような丸い錠剤が入っていました。15歳以上から使うことが出来ます。１日に３回まで服用可能で、６時間以上の間隔を空ける必要があります。熱よりも風邪の諸症状を抑える効果が期待できます。

喉が痛む場合は

次に風邪の諸症状の中でも、特に喉の症状に特化した製品をご紹介します。

・Strepsils

日本で言う**トローチ**
で、約５€で購入でき、１箱に24個入りです。６歳以上から服用可能で、１日に３～６個まで服用できます。今回購入したものは砂糖不使用。レモン味で自然なスッキリした甘みでした。これ以外にもはちみつレモン、オレンジ、いちごなど様々な味があります。

・Respiratoire Sirop adoucissant

喉用シロップ
です。６€程度で購入可能で、１瓶に125ml入っています。成人の場合、１回の服用で10mlなので、約12日分の内容量です。３歳以上から使用できます。付属のスプーンで決められた量を測り、１日３回まで服用可能です。わずかにハーブのような味がしますが、蜂蜜をそのまま飲んでいるようでとても飲みやすかったです。声がれや呼吸を整えるためのものですが、私の喉の痛みには効果があったように思います。

最後に

ここでご紹介した薬はおすすめではなく、あくまでも「一般的な」ものです。購入の際は使用上の注意をよく読みご自身にあったものを選ぶか、薬局で相談して症状に応じた薬を出してもらいましょう。それでも良くならない場合は、きちんと医療機関を受診してくださいね！

執筆 Mao

