

使用者向け情報提供資料

ご使用前に必ずお読みください

腸内の水分量をコントロールすることで
過敏性腸症候群による下痢・便秘に効く

ギュラック

要指導医薬品

販売名	ギュラック
有効成分名	ポリカルボフィルカルシウム
含有量(1錠中)	500mg

使用者向け情報提供資料について

使用者向け情報提供資料は、ご使用者の皆様や家族の方などに、医薬品の正しい理解と、重大な副作用の早期発見などに役立てていただくために作成したものです。

したがって、この医薬品を服用するときに特に知っていただきたいことを、添付文書をもとに、わかりやすく記載しています。

医薬品の服用による重大な副作用と考えられる場合には、直ちに服用を中止し医師又は薬剤師に相談してください。

ご不明な点などありましたら、末尾に記載の「お問い合わせ先」にお尋ねください。

このお薬の効果は？

- このお薬は次の目的で服用いただけます。

過敏性腸症候群の次の諸症状の緩和：腹痛又は腹部不快感を伴い、繰り返し又は交互に現れる下痢及び便秘（以前に医師の診断・治療を受けた人に限る。）

- このお薬は服用開始直後に腹部膨満感を感じることがあります。

この腹部膨満感は効果が出てくると徐々に緩和され、便通が正常化すれば軽快する症状です。

ただし、継続して服用した際に腹部膨満感が強くなるなど異常がある場合は、直ちに服用を中止し、医療機関を受診してください。

- このお薬の有効成分は、消化管から吸収されることなく、小腸や大腸のような中性条件下で吸水して膨潤・ゲル化することにより効果を発揮します。

- このお薬は、食べすぎ・食あたりなどによる下痢に効く下痢止め薬や、水分不足・食物繊維不足等による便秘に効く便秘薬のように、短期間で効果が現れ、症状があるときだけ服用し、症状が治まれば服用をやめるという使い方ではありません。継続して服用していただくことで、徐々に効果を発揮します（臨床試験では、投与期間2週間で有効性が認められています）。

過敏性腸症候群(IRS:Irritable Bowel Syndrome)について

過敏性腸症候群(IRS)とは

過敏性腸症候群(IRS)とは「身体的な検査をしても器質的な異常がないにも関わらず、腹痛や腹部不快感と便通異常(下痢・便秘など)が慢性的に繰り返される疾患」です。

明確な原因は不明ですが、ストレスが発症及び症状の悪化に影響すると考えられています。



過敏性腸症候群(IRS)の症状について

過敏性腸症候群(IRS)では、ストレスなどを感じた脳が消化管の運動へ影響を与えたり、腸管の運動異常や内圧の変化を腹部不快感として感じやすかったり(知覚過敏)します。このように、過敏性腸症候群(IRS)においては脳と腸が関わり合っています。そのため、満員電車や人前での発表、試験といったストレスでお腹が痛くなったり、トイレに行きたくなるといった症状が出る場合があります。また、過敏性腸症候群(IRS)には様々なタイプがあり、「下痢型」、「便秘型」、「混合型(下痢・便秘を繰り返す)」などに分類されます。ストレスを感じると便秘型の方は便秘がひどくなります。一方、下痢型の方は緊張するとお腹が痛くなったり、下痢が生じます。混合型の方は下痢をしたり便秘をしたり、又は、下痢と便秘を繰り返すのが特徴です。



下痢型



便秘型



混合型

このお薬を服用する前に確認すべきことは？

「ギュラック」[要指導医薬品] 適正使用のためのチェックシート

◆このお薬の服用は、以前に医師から過敏性腸症候群の診断・治療を受けた方に限られます。
◆「ギュラック」は腸内の水分量をコントロールすることで、過敏性腸症候群による下痢や便秘症状を改善するお薬です。
このお薬を購入される前に必ず以下の項目を確認してください。ご不明な点は薬剤師にご相談ください。

1 以前、医師から過敏性腸症候群で診断・治療を受けたことがありますか？

NO

YES

受診年月 年 月 病院・診療所名

診断・治療を受けたことがない方は、
医師の診断・治療を受けてください。

2 今回の症状は、前回、診断された時の症状と同じですか？

(診断から長期間経過しているのわからない人は、NOを選択してください。)

YES 症状が同じである

NO 症状が同じでない又はわからない

他の疾患の可能性がありますので、
医師の診断・治療を受けてください。

3 このお薬や、他の過敏性腸症候群(IBS)の症状改善薬を、長期間にわたり繰り返し服用していませんか？

YES 服用していない

NO 服用している

このお薬を服用せず、
医師の診断・治療を受けてください。

4 次の項目がひとつでもYESに該当する場合は、このお薬の服用はできません。医療機関を受診してください。

YES

NO

- 次の症状がひとつでもある人
 - (就寝中などの夜間にも、排便のためにトイレに行きたくなかったり、腹痛がある) (発熱がある) (関節痛がある)
 - (粘血便(下血)がある) (繰り返すひどい下痢がある(3回/日が1週間以上続く)) (急性の激しい下痢がある)
 - (排便によってよくならない腹痛がある) (嘔吐がある) (6ヶ月以内に、3kg以上の予期せぬ体重減少)
- 次の病気にかったことのある人
 - (大腸がん) (炎症性腸疾患(クローン病、潰瘍性大腸炎等))
- 腹部の開腹手術を受けたことがある人で、次の症状を起こしている人(胃腸閉塞を引き起こす可能性がある)
 - (激しい腹痛) (ガス排出(おなら)の停止) (腹部膨満感を伴う著しい便秘(胃腸閉塞様症状))
- 次の治療を受けている人(急性腹部疾患(虫垂炎、腸出血、潰瘍性結腸炎等)) (高カルシウム血症) (腎結石、腎不全(透析中を除く))
- 本剤又は本剤の成分によりアレルギー症状を起こしたことがある人
 - (本剤:ギュラック、本剤の成分:ポリカルボフィルカルシウム)
- 嚥下が困難な人(食べ物などが飲み込みにくいと感じている人)
- 15才未満の小児又は75才以上の高齢者
- 次の医薬品を服用しており、中止できない人(本剤と併用できないお薬です)
 - 過敏性腸症候群(IBS)の症状改善薬(トリメブチンマレイン酸塩等)、活性型ビタミンD製剤(アルファカルシドール等)、カルシウム剤(乳酸カルシウム等)、強心配糖体(ジゴキシン等)、抗生物質(テトラサイクリン、ミノフロキサシン等)、プロトンポンプ阻害剤(オメプラゾール等)、H₂ブロッカー(ファモチジン、ラニチジン等)、制酸剤(水酸化アルミニウムゲル、水酸化マグネシウム等)を含有する医薬品

ひとつでも「YES」がある場合は、服用しないでください。

すべて「NO」の場合は⑤へお進みください。

5 (4の項目がすべてNOの場合)以下の場合に該当しないか、更にご確認ください。

ひとつでもYESに該当する場合は、このお薬が服用できない場合があるため、医師又は薬剤師に相談してください。

YES

NO

- 医師の治療を受けている人
- 妊婦又は妊娠していると思われる人
- 50才以上の人
- 貧血がある人
- 薬などによりアレルギー症状を起こしたことがある人
- 次の診断を受けた人(糖尿病) (甲状腺機能障害) (副甲状腺機能亢進症)
- 高カルシウム血症の現れやすい人(ビタミンD過剰症等)
- 胃液の分泌が欠乏又は減少、もしくはそれらの疑いのある人
- 大腸がん、炎症性腸疾患の家族がいる人
- 腹痛、便秘がひどい人(便秘がひどい:排便が2回以下/週)
- 透析を受けている人

ひとつでも「YES」がある場合は、本剤が服用できない
場合があるため、医師又は薬剤師にご相談ください。

すべて「NO」の場合は、
本剤を服用いただけます。

上記の質問から服用可能な場合は、
次のことを必ず守ってください。

- 定められた用法・用量を厳守してください。
- 2週間服用しても症状がよくならない場合は、服用を中止し、添付文書をもって医師又は薬剤師に相談してください。
- このお薬を服用している間は、添付文書に記載の併用できないお薬は服用しないでください。
- 長期運用しないでください。
- 症状の改善がみられても、服用は最大4週間までとしてください。

過敏性腸症候群(IBS)のセルフメディケーションのポイント

1.過敏性腸症候群(IBS)について

- ①過敏性腸症候群(IBS)という病気の経過は生命に影響を与えるような疾患ではありません。
- ②症状の増悪とストレス(不安、緊張等)が関係しています。

2.食事と生活習慣の改善を心がけてください。

- ①適度な運動をする。
- ②規則正しい食生活をする。(食事の時間を一定にする、早食い、まとめ食いに注意する)
- ③規則正しい生活を心がけ、十分な睡眠をとる。
- ④ストレスを趣味や運動等で発散する。
- ⑤症状に合わせ、食事内容に注意する。

下痢型	便秘型
食物繊維をとる(煮込んだり、細かく刻む) 牛乳、豆類、脂肪・油脂類を控える	食物繊維をとる 十分な水分をとる(ぬるま湯やお茶など) ヨーグルト、チーズなどを摂取する
刺激のあるものを控える (冷たいもの、香辛料、炭酸飲料、アルコール類、カフェイン(コーヒー、栄養ドリンクなど))	

3.また、服用中も上記の食事と生活習慣の改善は継続するように心がけてください。

このお薬の使い方は？

次の量を食後に水とともに服用してください。

年齢	1回量	服用回数
大人(15才以上)	1錠	1日3回
15才未満及び75才以上	×服用しないこと	

- ※服用に際しては、製品に同封されている添付文書を必ずお読みの上、定められた用法・用量を守って、正しくお使いください。
- ※コップ1杯(約180mL)の水とともに服用してください。(水と服用しないと服用時にのどや食道で、つかえる可能性があります。)
- ※錠剤を分割又は砕いて服用したり、ゼリーやとろみ剤などの服薬補助剤とともに服用しないでください。(服用時にのどや食道で膨張して、つかえる可能性があります。)
- ※錠剤・カプセル状の健康食品などと同時に服用しないでください。(のどや食道で、つかえる可能性があります。)
- ※症状の改善がみられても、服用は最大4週間までとしてください。

Q&A

<効能効果に関するQ&A>

Q. 医師により過敏性腸症候群 (IBS) と診断・治療を受けた人に限るのはなぜですか？

A. 過敏性腸症候群 (IBS) の症状と類似する疾患には大腸がんや炎症性腸疾患 (クローン病、潰瘍性大腸炎など) など重大な疾患があります。これらを見落とさないようにするため、過敏性腸症候群 (IBS) の診断をまだ受けたことがない場合は医師の診断を受ける必要があります。また、以前に過敏性腸症候群 (IBS) と診断を受けた時と症状が違う場合や、同じかどうかわからない場合も再度診断を受ける必要があります。

Q. 効果が現れるまでにどれくらいかかりますか？

A. このお薬は服用後、短期間で効果が現れるものではなく、継続して服用していただくことで、徐々に効果を発揮します。ヒトにおける臨床試験では、服用期間2週間で有効性が認められています。

<用法・用量に関するQ&A>

Q. 食後とはいつのことですか？

A. 食事が終わってから30分後くらいまでの間です。

Q. 誤って多く服用した際 (過量服用時) はどうしたらいいですか？

A. のどにつまった感じがする等、違和感がある場合には、さらに水を飲んでください。

異常がある場合は、医師又は薬剤師に相談してください。

Q. 万一、のどや食道につかえた場合は、どうしたらいいですか？

A. すみやかに、再度コップ1杯程度の水を、飲みやすい姿勢で飲んでください。水を意用できない場合は、咳を数回してこのお薬を吐き出してください。これらのことでつかえが解消されない場合は、すみやかに医療機関を受診してください。

Q. 食後に飲み忘れた際にはどうしたらいいですか？

A. 服用し忘れた場合は、服用せずに、次の回に1回分を服用してください。

飲み忘れた分を合わせた2回分を一度に服用しないでください。

Q. 用法や用量を誤って服用した際にはどうしたらいいですか？

A. 異常がある場合は、医師又は薬剤師に相談してください。



Q. 錠剤の取り出し方は？

A. 錠剤の入っているPTPシートの凸部を指先で強く押して、裏面のアルミ箔を破り、取り出して服用してください。(誤ってそのまま飲み込んだりすると食道粘膜に突き刺さるなど思わぬ事故につながります。)

このお薬の服用中に気をつけなければならないことは？

●このお薬を服用している場合は、次のいずれの医薬品も服用しないでください。

過敏性腸症候群 (IBS) の症状改善薬 (トリメプテンマレイン酸塩等)、活性型ビタミンD製剤 (アルファカルシドール等)、カルシウム剤 (乳酸カルシウム等)、強心配糖体 (ジゴキシン等)、抗生物質 (テトラサイクリン、ノフロキサシン等)、プロトンポンプ阻害剤 (オメプラゾール等)、H₂ブロッカー (ファモチジン、ラニチジン等)、制酸剤 (水酸化アルミニウムゲル、水酸化マグネシウム等) を含有する医薬品

●2週間服用しても症状がよくなりえない場合は、他に原因があることも考えられるので、服用を中止し、添付文書をもって、医師又は薬剤師に相談してください。

●長期連用*しないでください。

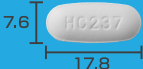
(※: 漫然と長期間服用すること)

このお薬の副作用は？

このお薬の服用後、次の症状が現れた場合は副作用の可能性があります。
直ちに服用を中止し、添付文書を持って医師又は薬剤師に相談してください。

関係部位	症状
皮ふ	発疹、かゆみ
消化器	吐き気・嘔吐、口のかわき、腹部膨満感、下痢、便秘、腹痛、おなかが鳴る
肝臓	全身のだるさ、皮ふや白目が黄色くなる
その他	むくみ、血尿、尿蛋白、頭痛、突然の高熱、さむけ、のどの痛み

このお薬の形は？

錠剤	色調	剤形	外形				
			上面	下面	側面	正面	大きさ
	白色	フィルムコーティング錠					長径: 17.8mm 短径: 7.6mm 厚さ: 5.9mm

このお薬に含まれているものは？

有効成分	1日量(3錠)中 ポリカルボフィルカルシウム1500mg(乾燥物として)を含有
添加物	セルロース、CMC、ヒドロキシプロピルセルロース、ステアリン酸Mg、ヒプロメロース、マクロゴール、酸化チタン、ポリビニルアセタールジエチルアミノアセテート、カルナウバロウ

その他

このお薬の保管方法は？

- ・直射日光の当たらない湿気の少ない涼しい所に保管してください。
- ・小児の手の届かない所に保管してください。
- ・他の容器に入れ替えないでください(誤用の原因になったり品質が変わることがあります。)
- ・使用期限を過ぎた製品は服用しないでください。

このお薬についてのお問い合わせ先

製品のお問い合わせは、下記へお願いいたします。

小林製薬株式会社(お客様相談室)

0120-5884-01

受付時間 9:00～17:00(土・日・祝日を除く)

症状、副作用等のより詳しい質問がある場合は、
医師又は薬剤師にお問合わせください。