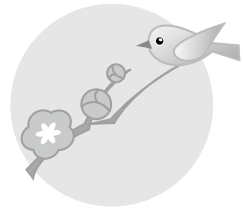




つばさだより

No.266
2017年1月



つばさ薬局 多賀城店 ☎022(366)8001 吉川店 ☎0229(22)7010
長町店 ☎022(308)5711 泉店 ☎022(772)1571
船岡店 ☎0224(58)1065 若林店 ☎022(289)8777
中新田店 ☎0229(64)1888 松陽台店 ☎022(361)9444
松島店 ☎022(353)2990 上杉店 ☎022(212)1126
玉川店 ☎022(365)2838

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

皆様には、日頃つばさ薬局をご利用いただき、職員一同心から御礼申し上げます。

昨年は、まだ東日本大震災の復興もままならない状況の中、熊本地震が起き、岩手や北海道の台風被害、鳥取地震と大きな災害が続いた年でした。超高齢社会を迎え、高齢者の医療費等の負担増が検討されるなど、震災等の災害の被災者や福島原発事故の被害者も含め、弱い立場にある方たちの人権が守られない状況が続いています。経済的な格差、健康格差が拡大していると言われていますが、私たちは、誰もが健康で最後まで安心して暮らし続けられるまちづくりを目指し、今年も地域の方々と社会保障の充実と平和を求めて運動していきたいと思えます。

昨年は、「かかりつけ薬局・薬剤師」が調剤報酬に位置付けられ話題となりました。つばさ薬局では、以前から、患者様一人一人に安全で有効な薬物療法が行われるように、外来患者様の薬の調剤や服薬の説明、在宅患者様の薬の管理などを行い、地域のかかりつけ薬局として、地域住民の方の健康づくりに貢献できるよう努力してきました。今後も、地域の医療機関・介護関係者と連携し、地域の皆様の健康づくりに貢献できよう薬局活動の質の向上を図っていききたいと思えます。

本年もよろしくお願いいたします。

みやぎ保健企画代表取締役 金田早苗



薬の正しい使い方について



現在、医療情報は様々なところから発信されており、患者様自身でも必要な情報は書籍やインターネット等から調べられる時代です。

薬局でも患者様から様々な質問を受けます。今回はお薬の飲み方など基本的なことも含め、ぜひともお伝えしたい情報を載せたいと思います。

薬の吸収について

薬は一部の例外を除き、主に腸で吸収され血液によって全身へ運ばれ目的とする部位で作用を発揮します。

一般的に飲み薬の場合は服用後、血液中に入り効果を表すまでには15分～30分程度かかるとされています。

役目を終えた薬は一部、肝臓で代謝（生体内で物質が化学的に変化して性質が変わること）され腎臓を経由して体の外へ出ます。

薬の用法について

みなさんの中には、症状が出た時だけ薬を服用したという経験がある方が多いのではないのでしょうか？ もちろん、そういう指示で処方される場合もあります。例) 痛み止めや解熱剤など

しかし、処方薬を医師の指示なく、ご自身での薬の調節服用は一般にはお勧めできません。なぜ、薬には用法・用量が決められているのでしょうか？

薬が血液中に運ばれて効き目を出すというのは前述した通りですが、その効き目を出すために血液中に溶ける薬の濃さをちょうどよくしなければなりません。少なすぎても効きませんし、多過ぎても効き目以外の有害な事象が起こる場合もあります。医師が処方する際には、患者様の年齢や体重、病状などを総合的に判断

して決めています。効き目が一定程度安定するまでには時間のかかる薬があるのも事実です。毎日決められた用法で飲むように指示された場合、効果を実感しないからといってすぐに服用をやめないで下さい。

自己判断での休薬は危険

患者様から質問される例をいくつか挙げます。

例1) 血圧が高いと言われた。一生飲まなくてはなりませんか？

⇒確かに、長い期間飲まなくてはいけない場合も多くありますが、季節によって血圧が安定する時期は医師の指示でお休みできる場合もあります。また手術後に体質が変わり、薬が不要になる場合もあります。

一方で、高血圧の薬を自身の判断で止めると急に血圧が上がリ、脳出血等の危険性を高めたり、動脈硬化を進める原因とも言われています。

服用していて気になることがあればいつでもかかりつけの病院の医師や薬局へご相談下さい。

例2) コレステロール薬は飲まない方がかえって体にいいと聞いたことがあります。

⇒健診などで指摘され、薬を開始する方、動脈硬化性の病気を患ってしまい、薬が処方される方等さまざまな方がいます。

一般的には動脈硬化性の病気を起こさせない、あるいは再発させないために予防的な意味で服用となる場合があります。

確かに服用で効き目の実感があるわけではありませんが、あくまでも長く健康を維持するのが最大の目的です。医師は最新の治療ガイドライン等を熟知して、個々の患者様に合わせ必要だと判断した場合に処方します。検査値は治療効果の指標であるため、指示通りに服用し目標値を維持することが大切です。基準値を下回ったからといって安易に自己判断で休薬するのは避けましょう。

もしも、服用の継続に悩む場合は医師へご相談下さい。

例3) 毎食後での処方ですが、毎日3食摂らないこともあります。 食事を摂らない時は服用しないほうがいいですか？

⇒胃を荒らしてしまう等、空腹での服用を避けるべき薬は確かにありますが、食前でも飲めることが多くあります。

生活リズムと服用タイミングが合わずに、お困りの場合には薬剤師にご相談下さい。

処方された薬は譲り受けしない

まずは、病院で処方された薬の譲り受けは絶対に避けましょう。
友人であっても家族であっても同様です。

自分と似た症状と思っているも実は全く別の病気が隠れていたという場合もあります。また、何らかの副作用が起こった場合に、公的な救済制度の対象にもならないため、被害にあった方の苦しみは大きいものとなります。薬には主作用以外に副作用が広く知られています。稀ではありますが重篤化する副作用があり、有名なものでいうとスティーブンジョンソン症候群と呼ばれる重篤な皮膚・粘膜障害があり、失明や死亡につながる例もあります。原因となりうる薬は1000種類以上ともいわれており、安易な譲り受けは絶対にやめましょう。飲み薬だけではなく湿布薬などでも、重大な皮膚症状の報告もありますのでご注意ください。

【参考文献・資料】

下記ウェブサイト

- ・中外製薬
- ・医学・健康情報のケータイ家庭の医学
- ・役に立つ薬の情報～専門薬学～
- ・くすりの適正協議会
- ・血圧ドットコム

他、書籍 NHK テキストきょうの健康

2月の栄養相談予定 (各店10:00~12:00開催です)

- ・ 1日 (水) 古川店
- ・ 3日 (金) 玉川店
- ・ 6日 (月) 長町店
- ・ 7日 (火) 松島店
- ・ 14日 (火) 若林店
- ・ 15日 (水) 中新田店
- ・ 16日 (木) 松陽台店
- ・ 20日 (月) 船岡店
- ・ 24日 (金) 多賀城店
- ・ 28日 (火) 泉店