上田薬剤師会 発

薬剤師の ちょっと薬に立つお話

YAKUNI TATSU OHANASHI VOL.126

Vol.126

地域の皆さんの健康のためにさまざまな活動をしている上田薬剤師会から、健やかな毎日をつくるためにちょっと役立つお話をお届けしていきます。
毎月「第2土曜日」の週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

今月のTOPICS

春、改めて確認しましょう! STOP!薬物乱用

薬物乱用のニュースがたびたび聞かれます。決められたルールを守らないで医薬品や薬物を使用するのは、たとえ1度でも「薬物乱用」にあたります。上小地域の学校では、上田薬剤師会の会員薬剤師が学校薬剤師として違法薬物の危険について授業をしていますが、あらためて長野県上田保健所の中曽根亨さんに、薬物乱用についてお話を聞きました。

※違法薬物使用の他にも、医薬品を用法・用量を守らないで過量に摂取することも「薬物乱用」にあたります。

「薬物乱用」は遠い世界の話ではない!

大麻や覚醒剤といった薬物にかかわるニュースは、テレビの中だけの話ではありません。長野県内の薬物事件で1年間に逮捕されるのは約50人ですが、県警が捜査対象としているのは年間約200人です。昨年、東信地域でも小学校教員が覚醒剤所持で逮捕されました。**ごく身近なところに薬物の危険は潜んでいる**のです。

薬物乱用の恐ろしさ

写真出典／厚生労働省冊子より

乱用される薬物には、覚醒剤、大麻、コカイン、MDMA、LSD、危険ドラッグなど多くの種類があります。作用は細かく違いますが、主に脳の仕組みにダメージを与え、**幻覚や妄想、記憶の障害**のほか、**身体機能にも悪影響**を及ぼします。

もっとも恐ろしいのは、その「依存性」。自分の意志だけでは使用を止められず、そのうちに「耐性」ができて使用量がどんどん増えてしまいます。購入金のために無理な借金や恐喝・窃盗事件に発展するケースもよくあります。

覚醒剤の使用や所持で逮捕される人は、**逮捕時に「ありがとうございます」と捜査官に言う**そうです。薬物依存症は自分だけでは簡単に抜け出せない恐ろしいものなのです。

間口が広がっている違法薬物

令和4年には全国で5546人が検挙され、その約7割が青少年でした。インターネットなどで「有害性がない」「依存性がない」などと誤った情報を信じ、SNSで気軽に手を出してしまうケースが増えています。

「イライラがとれてスッキリする」「頭がさえる」「リラックスできる」「やせられる」「みんなやってるから大丈夫」「1回だけなら平気」—これらの誘惑によって軽い気持ちで手を出すと、気づいたときには抜け出せなくなります。決して手を出さないようにしましょう。

大切な自分を守るために…

- ★ 得体の知れないものは体内に入れない!
- ★ 誘われたらハッキリ、キッパリ断る!
- ★ 誘われて困ったら、とりあえずその場を離れる
- ★ 信頼できる大人に相談する

嫌悪感を持たずに家族で話し合いましょう!

門出を迎える人も多い春。親元を離れるなど新生活の前に、**お子さんと薬物乱用の問題に関して話し合いをしておく**といいですね。薬物の怖さ、機会に接した際の対処法のほか、**どんなときも一番身近な相談相手は「家族」である**ということを、しっかり確認しておくことが重要です。

詳しくは、かかりつけの薬局・薬剤師にご相談ください。

特集 はい、お答えします!

Q. 処方薬と市販薬は、どう使い分ければよいのでしょうか? (常磐城 60代 女性)

A. 自分の状態を自分で判断し、軽い病気やケガであれば、症状の緩和や改善には市販薬で対応していただけたらと思います。判断に迷う時は、かかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください。併用する場合は、同じお薬が重複したり、飲み合わせが良くない場合もあります。毎回「お薬手帳」を医療機関に持参・提示すると同時に、かかりつけ薬剤師・薬局へご確認ください。

Q. 市販薬の中でも薬剤師が販売しないといけないお薬があるのはなぜですか? (丸子 70代 男性)

A. お薬には、作用が穏やかなもの、副作用の心配があるものなど、さまざまなものがあり、販売方法が法律で分類されています。効き目が強い代わりに副作用を起こしやすいものは、薬の専門知識を持つ薬剤師が相談を受けながら販売する必要があります。一方、昔から使われている、作用が穏やかでわかりやすい成分のものなどは、登録販売者でも販売できます。薬剤師と登録販売者は名札で見分けがつくように法律で決められていますが、上田薬剤師会の会員薬局では、薬剤師とそれ以外の職員の違いが一目でわかるように工夫しています。詳しくは、かかりつけ薬剤師・薬局にお尋ねください。

Q. 粉薬が苦手なのですが、どうしたらいいですか? (青木 40代 女性)

A. 水などに溶かして服用していただくか、オブラートや服薬ゼリーを活用していただくと飲みやすくなります。食べ物に混ぜてよいものもありますが、味が変わって嫌いになってしまう危険もあるので、特にお子さんの場合は注意が必要です。お薬によっては錠剤やシロップ剤などに変更ができるものもあるので、かかりつけの医師、薬剤師・薬局にいちど相談してみてください。

Q. 私も夫も現在のところ、ありがたいことに病院に行くような不調もなく、歯科の定期検診に行っているくらいなのですが、「かかりつけ薬局を持ちましょう」と言われます。病気に無縁な私たちのような者は、どうしたらよいのでしょうか? (東御市 50代 女性)

A. ちょっとした不調や風邪などの際に、お近くの薬局に立ち寄って、薬の相談をしてみてください。上田薬剤師会の会員薬局であれば、市販薬も多種類置いていますし、さまざまなご相談にもていねいにお答えできます。行きやすい場所、話しやすい薬剤師など、ぜひあなたの「お気に入り」を見つけてください。

宛先
ハガキ
〒386-0012 上田市中央6-3-41
週刊うえだ「はい、お答えします!」係
メール
weekly-ueda@po3.ueda.ne.jp
FAX 0268-22-6201

このコーナーでは毎月、読者の方からの質問に薬剤師がお答えします。お薬に対する素朴な疑問、質問、なんでもお寄せください。

上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

健康やお薬に関するお悩み・お困りごとは何でも、かかりつけ薬剤師・薬局に、お気軽にご相談ください!