



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.70

おかげさまで70号!

# Vol.70

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!

特集

役割が重要視されています!

## 在宅医療と薬剤師

在宅の患者さんに対し、地域で多職種連携による看護・介護の在り方が注目されるなか、薬剤師の役割が見直されています。ご自身でも在宅患者さんを担当している薬剤師の村松直貴さんにお話を聞きました。



### 在宅医療とは

体が不自由で医療機関に行くことが難しい方でも、ご自宅や入居施設で治療が受けられるのが在宅医療。住み慣れた環境で、自分のライフスタイルに合わせて治療や介護を受けられます。

医師、歯科医師、薬剤師、看護師、ケアマネジャー、理学療法士、栄養士などのさまざまな職種の担当者がチームになって、治療はもちろん、患者さんの生活状況や介護の状態を把握し、本人だけでなくそのご家族の精神面も支えます。



### 在宅医療での薬剤師の役割

薬剤師は、自宅や施設で療養されている患者さんののもとに直接おうかがいして、処方されたお薬の服用方法等の説明をし、服用に関して問題がないか確認します。またお薬の副作用が出ていないか、市販薬や健康食品との飲み合わせが悪くないかなどを確認します。お薬の飲み忘れや飲み間違いがないよう、お薬の管理方法や飲み方など、患者さん一人ひとりに合わせて調整・提案します。在宅医療についての身近な相談の窓口として、かかりつけ薬剤師・薬局を活用してください!

### 薬剤師による実際の改善例

「飲みにくい」薬を  
飲むように

- お薬が飲み込みにくくなってきた患者さんに、医師に相談して、口の中で溶ける錠剤に変更してもらった。
- ゼリー食と一緒に服用することを提案し、お薬を飲み込みやすくした。

薬の「効果」「副作用」「飲み合わせ」等の  
確認

- 食事、排泄、睡眠、運動、認知等、ご自宅での体調を把握することで、お薬の効果や影響を確認し、必要があれば改善提案。
- 検査数値がなかなか良くならない患者さんの、常用していた健康食品が原因の一つだったことを発見。

「飲み忘れ」が  
多い場合の対処

- 服薬状況が悪ければ、患者さんやご家族と改善策を検討し、服薬カレンダー(写真)を利用したり、一包装すること等により飲み忘れを改善。

- 薬剤師がご自宅の残薬状況を確認。医師と連携し、余分なお薬が処方されないよう管理することにより、患者さんの負担を軽減。

▶ 壁に貼って飲み忘れがひと目でわかる「お薬カレンダー」



▲ 毎回飲む種類や量を分けておく「お薬BOX」



患者さんの生活や体調について、薬剤師から見た問題点があればフィードバックします。訪問後には報告書を記入し、医師や訪問看護師、ケアマネジャーとも情報共有するなど連携を取り、安心して在宅医療を受けられるよう支援しています。

詳しくは、かかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください!

◀ 上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板



### 今月のTOPICS

上田薬剤師会主催 第36回

## 薬草・ハーブに親しむ会

### 参加者募集!

7月28日(日) 参加無料  
10:00~13:30

申し込み不要

見て、触れて、味わう、自然の優しさ。

会場となる菅平高原の薬草園は、130年も前から上田藩が薬草栽培地としていた場所。約40種類のハーブと100種類の薬草が自生しています。標高1400mのさわやかな高原で、薬草・ハーブに親しみましょう!

※昨年は残念ながら台風により中止になってしまいました。今年はお天気に合わせて開催いたします。

● 会場: 長野県菅平薬草栽培試験地  
上田市菅平高原(あづまや高原ホテル近く)

● 講演会: 「製薬原料としての薬草」(11:00~)  
講師: 磯田進先生(昭和大学薬学部講師)

● 実演コーナー

- ・薬草オリエンテーリング  
さわやかな高原でさまざまな薬草と出会う!
- ・ラベンダースティック教室  
完成したスティックはお持ち帰りいただけます!
- ・ハーブティー・薬味酒 試飲会  
体にやさしく美味しいハーブ・薬草の力
- ・薬膳粥の試食会  
毎年大人気!
- ・お香作り体験コーナー  
誰でも簡単にカラフルなお香がつくれます

お役に立つ情報、楽しい体験がいっぱい。  
ご家族そろってお出かけください!

※詳しくは会員薬局または事務局までお問い合わせください。

☎0268-22-6130

### はい、お答えします!

Q. 「食間」というのはいつ飲めばよいのですか?  
(上田市国分 31歳 男性)

A. 食間とは食事の途中と思いがちですが、「食事と食事の間」という意味です。食事を終えた2時間後が目安です。空腹時に服用するお薬等で使われます。聞きなれない用法で気になる事がありましたら、かかりつけ薬剤師・薬局にお尋ねください。

Q. 風邪のひきははじめと思う頃に栄養ドリンクを飲むのは効果があるのでしょうか?  
(上田市上塩尻 28歳 男性)

A. 栄養ドリンクにはビタミンやアミノ酸が入っているので、体をつけるためにそれなりの効果はあると思います。ただし、それに頼りきって飲み過ぎると、糖分やカフェインを取り過ぎる心配があります。バランスの良い食事から栄養を取ること、十分な睡眠をとることが大事だと思います。

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。

宛先: 〒386-0012 上田市中央6-3-41  
ハガキ: 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

