

薬剤師の

ちょっと^{やく}樂に立つお話

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.11

Vol.11

地域の皆さんのがんのためには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

きょう8月9日は
「薬草の日」

8月9日は語呂合わせで「ヤ・ク(薬)」草の日とされています。日本に限らず世界中で古くから親しまれてきた「薬草」について、漢方薬にも詳しい薬剤師、合葉明美さんに話を聞きました。

● ● ●

薬草(薬用植物)は民間薬として昔から私たちの身近にあり、お茶などとして服用されてきました。民間薬は「昔から使われてきたから、言われてきたから」という理由で、根強い人気があります。しかしここで問題なのは、**薬草=薬ではない**ということです。中には「薬」として認められているものもありますが、すべてではありません。



たとえば「アロエ」。古くから『医者いらず』としてさまざまな効果が期待され、やけどや切り傷に塗るなど民間療法に多用されてきました。今やアロエの成分が配合された化粧品や食品は、世の中に数多く存在します。

しかし、アロエが現在日本で「薬」として認められているのは、瀉下薬(緩下剤)としてのみです。



薬とは**「薬事法」**で定められているものを指します。薬でないものは**効能効果**をうたうことができません。そして、薬草は万能ではありません。「○○が治る」「必ず瘦せる」など、薬事法に触れるような文言に過度の期待をしないよう注意が必要です。

薬は「健康を維持する」「症状を和らげる」といった目的に使用されるものです。これらの目的を達するためには、薬を適正に使用する必要があります。「医薬品」のかどうではないのか、またどのように使うのが良いのか、不明な点は薬剤師に聞いてみてください。皆さんにわかりやすく説明するのも、私たち薬剤師の仕事です。

はい、お答えします!

Q. 薬の味が苦手なので、飲むときにはいつも大量の水やお茶で流し込みます。薬の効果に影響はありますか?(67歳 女性・上田)

A. 水分が多くて効果が薄くなることはありませんが、水以外のもの(お茶、牛乳、コーヒーなど)で飲んだ場合、薬の力が十分に発揮できないことがあるので注意が必要です。飲みにくい時はオブラーで包むなど方法はありますので、かかりつけの薬剤師に相談してください。

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
ハガキ
メール
FAX

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



ご活用ください!

「上田薬剤師会 検査センター」

水質、シックハウス、放射能、残留農薬…。
身近な生活環境に関する分析は上田薬剤師会検査センターにおまかせください!

0268-29-1132

9月1日は防災の日 + 救急箱には何を入れますか?

防災の日には、非常持ち出し品や防災用具の確認をしましょう。使用期限のあるものは入れ替えが必要です。体調不良やケガなどの際、頼りになる「救急箱」には何を入れておけばよいのでしょうか? 必須アイテムを、ピックアップしてみました。



Check!	アイテム	ひとこと解説	アイテム	ひとこと解説
<input type="checkbox"/>	消毒薬	ケガをしたら消毒薬の前に、まずは流水で十分な水洗いを。	<input type="checkbox"/>	救急用絆創膏
<input type="checkbox"/>	傷用軟膏	抗生素が入った軟膏が◎。	<input type="checkbox"/>	滅菌ガーゼ
<input type="checkbox"/>	虫刺され・湿疹用軟膏	早くかゆみを治めたいときに。	<input type="checkbox"/>	ガーゼ止めテープ
<input type="checkbox"/>	目薬	急な目やにを伴うかゆみに。抗菌目薬。	<input type="checkbox"/>	包帯
<input type="checkbox"/>	風邪薬	総合感冒薬またはふだん飲み慣れているもの。	<input type="checkbox"/>	湿布
<input type="checkbox"/>	胃腸薬	消化不良や胃の痛み、それぞれに合わせた薬を。	<input type="checkbox"/>	脱脂綿
<input type="checkbox"/>	解熱鎮痛薬	急な発熱や頭痛などの痛みに。すぐに効いて持続するのがおすすめ。	<input type="checkbox"/>	はさみ
<input type="checkbox"/>	下痢・腹痛止め	下痢や腹痛は原因がさまざまです。症状がひどい場合は早めに受診を。	<input type="checkbox"/>	毛抜き
<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	体温計

※その他、家族構成によっても内容は変わってきます。かかりつけの薬局薬剤師にご相談ください!



▲講演「薬草と自然」佐々木陽平先生

第32回 上田薬剤師会主催 「薬草ハーブに親しむ会」 が開催されました!

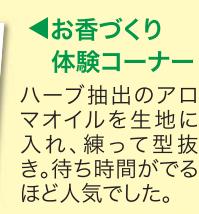
7月27日(日)、梅雨明け直後とは思えない涼しい風のそよぐ菅平高原に、多くの参加者が集まりました。金沢大学植物園・佐々木先生による講演会をはじめ、ハーブを使ったさまざまな実演コーナー、薬膳粥の試食、薬味酒の試飲、薬草オリエンテリングなど、ハーブと薬草について学び、親しみ、そして楽しんだ1日になりました。



▲ラベンダースティック教室
朝採りたてのラベンダー。心地よい香りに包まれました。



ハーブティー・
薬味酒試飲コーナー▶
ハーブティーはその場で煎れ、試飲。また上田薬剤師会特製、3種類の生薬の薬味酒をミニボトルに入れお配りしました。



◀お香づくり
体験コーナー▶
ハーブ抽出のアロマオイルを生地に入れ、練って型抜き。待ち時間がかかるほど人気でした。



◀薬膳粥の振る舞い▶
高麗人参などが入った体にやさしいおかゆ。レシピも配られ毎年好評です。

