



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.95

Vol.95

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!

お盆 夜間 休日

TOPICS

お薬のことで困ったときは...

まずは ご自分の

「かかりつけ薬剤師・薬局」へ 連絡しましょう!

これまでのお薬の履歴や副作用歴、アレルギー歴などの情報を持ち、あなたの健康に詳しい「かかりつけ薬剤師・薬局」があれば、いざというときにも的確な対処法をおしえてくれるでしょう。日ごろからぜひ、「かかりつけ薬剤師・薬局」をつくっておきましょう。

「かかりつけ薬剤師・薬局」が

休日に連絡がつかない場合は?

お近くの「休日当番薬局」へ!

上下地域を4つのブロックに分け、上田薬剤師会の会員薬局が当番制で1ブロックにつき1薬局、午前9:00から午後7:00まで開局しています。休日に処方せんの調剤が必要な際など、ご利用ください。

休日当番薬局は「週刊うえだ」に毎週掲載されているほか、上田薬剤師会のホームページでもご確認ください。

<http://www.uedayaku.org/>



「かかりつけ薬剤師・薬局」が

夜間に連絡がつかない場合は?

上田薬剤師会の 「夜間受付電話」へ!

☎0268-21-0660 (午後7時～翌朝7時)

夜間の急な対応も、上田薬剤師会の会員薬局が当番制で担当しています。夜間当番薬局は処方せんの調剤をするだけでなく、患者さんの行きやすい調剤可能な薬局を探したり、薬に関する電話相談を受けたりしています。どこの薬局が夜間当番かは原則非公開です。

WEB版

薬草・ハーブに親しむ会

例年7月の最終日曜日に、菅平薬草栽培試験地にて実施しております「薬草・ハーブに親しむ会」は、残念ながら本年は新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、現地での開催を中止いたしました。当会では現地の様子を皆様と共有できればと考え、写真と動画を撮影してまいりましたので、お時間のあむる時にご覧ください。季節の移り変わりもご覧いただきたく、今後も現地の様子をお伝えできればと計画しております。

くわしくはこちら



はい、お答えします! は今月はお休みです。

特集

薬剤師を頼りにしてください!

薬剤師の役割 シリーズ その④

OTC医薬品、サプリメント、 健康食品などを適切に供給します

〈セルフメディケーションのサポート〉



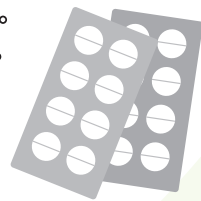
ちょっとした不調やケガなど「病院に行くほどでもない」というときに、市販の薬(OTC医薬品)で対処したり、ふだんからサプリメントや健康食品を使用している人も多いでしょう。自分の健康に責任を持ち、軽度な不調は自分で手当てすることを「セルフメディケーション」といいます。薬剤師の伊藤久徳さんに聞きました。

◆◆◆「自然治癒力」を助けるのが「薬」◆◆◆

私たちのからだには本来、病気を予防したり、病気やケガなどから回復するための力=「自然治癒力」が備わっています。薬は、症状を和らげたり、抵抗力を高めたりすることで自然治癒力を助け、健康を取り戻すのに役立つものです。日ごろ経験する症状の中にはOTC医薬品で対応できるものもあります。OTC医薬品を上手に使いながら、無理せず休むことも重要です。

※OTC医薬品を購入する際も、おくすり手帳を持参のうえ、かかりつけ薬剤師・薬局に相談してください。薬剤師のアドバイスが得られれば、より安心して薬を使うことができるでしょう。

※症状がいつもと違う、OTC医薬品を使用しても改善されない、などの場合は早めに医療機関を受診しましょう!



◆◆◆ 薬剤師を活用してください! ◆◆◆

薬には、ほかの薬との飲み合わせや食品との食べ合わせによって効果が弱まったり、副作用が強くなったりすることがあります。また、副作用が日常生活に影響を与える場合もあります。OTC医薬品や健康食品を購入する際も、ぜひ薬剤師に相談してください。実際にこんなケースがあります。

ケース
その1

「胃の調子が悪い」と胃腸薬を買いに来られたAさん。かかりつけであったので、症状をお聞きしながらAさんの薬の履歴をチェックしてみると、いつも飲んでいる処方薬の中に、胃の薬が入っていました。処方したかかりつけの先生にあらためて相談するよう促し、胃腸薬は販売せずに、お帰りいただきました。

ケース
その2

「風邪っぽい」と、TVCMしている総合感冒薬を指名買いにこられたBさん。総合感冒薬はさまざまな症状に効くように、さまざまな成分が入っているものも多く、眠気を誘うものもあります。Bさんによく話を聞いてみると、症状はそんなに多岐にわたるものではありませんでした。車の運転をされることもあり、総合感冒薬ではなく、Bさんに合った症状を抑える薬を購入いただきました。



◆◆◆ 薬剤師の役割 ◆◆◆

患者さんの「質の高い健康をサポート」するのが、地域の薬剤師の仕事です。処方された薬を調剤するだけ、薬を販売するだけでなく、患者さんにとって一番良い方法は何か? 常に分析して対応します。



かかりつけ薬剤師・薬局を上手に活用して、
セルフメディケーションを向上し、健康な毎日
を送りましょう! どうぞお気軽に相談ください!



上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

