



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.98

Vol.98

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

### 「もっと知りたい医薬品!」 抗生物質(抗菌薬)

「抗生物質出しときますね。」  
医療機関を受診した際に、しばしば耳にする言葉かと思えます。そもそも「抗生物質」って、何なのでしょう。薬剤師の小宮山拓実さんに聞きました。



### 「抗生物質(抗菌薬)」とは

私たちの病気の中には、細菌やウイルスなどの病原体による感染症が多くあります。「細菌」は、私たちの免疫力が弱ったり、けがや手術をした時などに**感染・増殖してさまざまな病気を引き起こします**。細菌のはたらきを抑えるのが、「抗菌薬」です。その抑え方にはさまざまあり、細菌の細胞壁を破壊するもの、たんぱく質を作れないようにするもの、DNAの合成を止めるもの、などがあります。

※細菌とウイルスは大きさや仕組みがまったく異なります。抗菌薬はウイルスによって引き起こされる病気には効果がありません。抗ウイルス薬はまだ少ししか開発されていません。



### 抗菌薬は20世紀最大の発見!?

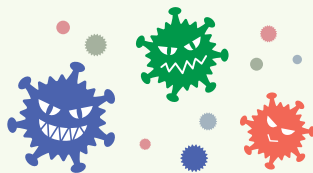
抗菌薬は、青カビから偶然発見されたペニシリンが有名です。**1940年代に使われるようになり、以降は死亡率が劇的に下がりました**。それまで私たち人間の多くは「細菌によって死んでいた」のです。

その後、土の中からあらゆる細菌を探し出して、多くの抗菌薬がつけられました。「**不治の病**」とされていた**結核、コレラ、ペストなども治せるようになりました**。日本人の平均寿命も1940年代以降、30年以上伸びています。



### 抗菌薬服用の注意点

抗菌薬は、細菌を殺したり、増殖を抑えるものなどがあります。特に医師の指示がある場合を除いて、処方日数どおり最後まで服用しましょう。途中でやめると、細菌が**抗菌薬に「耐性」を持ち、「耐性菌」となる可能性**があります。実は最近、抗菌薬の効かない耐性菌が増えていることが社会問題となっているのです。



決して自己判断せず、用法・用量を正しく守りましょう。抗菌薬をとって置いて後で使う、人にあげる、などの行為も絶対にやめましょう。

詳しくは、**かかりつけ薬剤師・薬局に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

## 活用できていますか? //

# 特集 「おくすり手帳」

病院や薬局でよく「おくすり手帳はお持ちですか?」と聞かれますよね。どうして持っていたほうがいいのでしょうか?



### 「おくすり手帳」は何のためにある?

おくすり手帳は、**あなたに処方された薬の名前や飲む量、回数、飲み方、注意事項などを記録しておく手帳**です。おくすり手帳の記録があると、医師や歯科医師、薬剤師が「あなたがどんな薬をどのくらい使っているか」がわかります。**同じ薬が重なっていないか、飲み合わせのよくない薬がないか**、他の医療機関で薬をもらうときにも、おくすり手帳で確認することが可能です。

おくすり手帳は、**あなた自身の体を守るための大切な連絡帳**なのです。



### 「おくすり手帳」活用のポイント!

医療機関や薬局に行くときには、**毎回忘れずに持っていくましょう!**

常に携帯しましょう!

そして毎回聞かれなくても**自分から提出**しましょう。



**事故や災害など**万が一の時に役に立ちます。

**必ず1冊にまとめ**ましょう!

医療機関や薬局ごとに分けてしまうと、**同じ薬の重複や副作用の再発を防げなかったり、飲み合わせのよくない薬を避けられなかったり、「おくすり手帳」本来の力を発揮できません。**



**あなたの大切な情報を充実**させましょう!

**アレルギー歴や副作用歴**なども記入しておきましょう。また、服用しているサプリメントや健康食品も記録しておきましょう。

電子おくすり手帳も便利です!

**スマートフォン**をお持ちの方は、電子版のおくすり手帳もあるので使ってみてください。



### 東日本大震災で発揮した「おくすり手帳」の威力

東日本大震災では、津波などの被害を受け、多くの医療機関や薬局のカルテが消失してしまいました。しかし、おくすり手帳を持っていた方は、被災前にどんな薬をどれくらい飲んでいかなどの情報を把握することができたため、緊急に薬を提供することができた、という事例が多かったです。

ぜひ、**1冊にまとめた「おくすり手帳」、持ち歩いて活用してください!!**



上田薬剤師会  
**オリジナルのポスターと缶バッジができました!**

「薬剤師は身近な相談相手」

このバッジを付けた薬剤師には、これまで以上にお気軽になんでもご相談ください!

