



薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

上田薬剤師会 発

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.101

Vol.101

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

新任薬剤師さんに 聞きました!

今年度、上田薬剤師会に入会された、フレッシュな新入会員さんにお話を聞きました。



杉村 朋子さん

Q) どうして薬剤師になったのですか?

私が高校生の時に母が心臓の病気を患い、入退院を繰り返しました。頻りに病院に通っていたので、将来は医療関係の仕事につきたいと思うようになりました。高校卒業後、千葉県の大学で薬学を学びました。勉強は大変でしたが、目の前が海だったこともあり、おいしいお魚を食べながら楽しい6年間を過ごしました。そしてそのまま千葉県内の薬局に就職したところ半年ほどで体調を崩してしまい、両親のすすめもあって地元に戻ってきました。

Q) 上田での薬剤師の仕事はどうですか?

現在の薬局でお世話になって1年ほど。みなさんいい方ばかりで、いろいろ親切に教えてください。以前勤めていた、いわゆる「もんぜん(門前)」薬局と一番違うのが、患者さん一人一人と話せる時間が長いこと。まだ経験が浅く、ご相談いただいたことにすぐお答えするのが難しい場合がありますが、できるだけ迅速なご対応を心がけています。

Q) 上田薬剤師会に入会して、いかがですか?

上田薬剤師会の方々はみなさん向上心があって、熱心に取り組まれていて驚きます。毎月研修会などで学べる機会が多く、他の薬局さんともつながりがあるので、刺激になります。他県で薬剤師をしている友人に聞くと、上田はやはり特殊な地域のようなので(笑)。私も意識の高い方たちと一緒にたくさん学んで、経験を積んで、多くの患者さんから頼りにされる薬剤師になりたいです。



はい、お答えします!

Q. 処方されたお薬の用法に「1日3回毎食後」とありますが、私は3食食べないのです。その場合、いつどのように飲んだらよいですか? (上田市・30代・女性)

A. 処方されたお薬によります。必ずしも食後でなくてもよい薬もありますし、副作用を防ぐために食後に飲んだほうがよい場合もあります。食事の回数が少ないからと言って、自分で勝手に服用回数を減らしたり量を調整したりすることはせず、必ずかかりつけ薬剤師・薬局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

〒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



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

特集

もっと知りたい医薬品!

OTC(一般用医薬品)編

「かぜ薬」

医薬品の中でも、私たちにとても身近なのが「かぜ薬」。TVCMでよく見かけるもの、馴染みのあるもの、ないもの、店頭にはたくさんの種類が並んでいます。自分に最適なかぜ薬はあるのでしょうか。薬剤師の野本純さんに聞きました。



気軽な薬だけれど気をつけたい!

かぜの症状は、発熱、くしゃみ、鼻水、咳、のどの痛みなどさまざま。ひとくちに「かぜ薬」といっても、諸症状を抑えるために、さまざまな成分が入っているものが多くあります。

含まれる成分の一部に気を付けたほうが良い方もいらっしゃるかもしれません。特に高齢者は他にも薬を飲まれている方が多いので「飲み合わせ」、または「過剰摂取」に注意しましょう。



高血圧の人は注意!



総合かぜ薬の多くには「エフェドリン」という成分が入っています。これは気管を広げ、咳を止める薬です。また血管を収縮させる作用があり、鼻粘膜の充血をとって鼻の通りをよくするので、鼻づまりにも有効です。しかし一方で、**血の巡りが良くなるため、血圧が上がってしまう**ことがあります。

たとえば「葛根湯」は、草や木の根を乾燥させた生薬が配合された、昔からあるポピュラーな漢方薬です。体を温めるので、かぜのひき始めにはよく飲まれています。しかしこの中に含まれる「麻黄(まおう)」という生薬にも、血圧を上げてしまう作用があります。「漢方に副作用はない」と思っている方も多いようですが、決してそうではないので注意が必要です。



抑えたい症状に合わせた薬を選んで



そのほか、緑内障の方、前立腺肥大症の方などはその症状を悪化させてしまう成分が含まれているものもあります。持病のある方、他のお薬を飲んでいる方は、抑えたい症状に合わせた薬を選びましょう。注意事項をよく読むほか、**かかりつけ薬剤師・薬局にお尋ねください。**

コップ一杯の「水」で飲みましょう



薬は一般的に水かぬるま湯で飲んでいただきたいものです。かぜ薬の中によく含まれる「無水カフェイン」は頭痛などの鎮痛のために使われますが、過剰摂取になってしまうと不眠、頭痛、胃痛などの症状を引き起こします。ですから、**かぜ薬と一緒に、カフェインの多いコーヒーや緑茶などを飲まないでください。**

牛乳は、胃酸を中和させる作用があります。酸性である胃では溶けず、中性の腸で溶けるよう計算されコーティングされている薬などは胃で溶けてしまい、効果が弱まるばかりか胃を荒らす原因にもなります。薬によりますが、できるだけ「水」か「ぬるま湯」で飲むのがよいでしょう。

おくすり手帳

薬局には「おくすり手帳」を持参

OTCを購入する際にも、薬局には「おくすり手帳」を持ってきて見せてください。ふだん飲んでお薬やアレルギー、既往症なども手帳で把握したうえで、ご相談に乗らせていただきたいと思います。

