



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.116

Vol.116

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

5月31日は 世界禁煙デー

「世界禁煙デー」は、世界中でたばこ使用を効果的に減らすことを目的に、世界保健機関(WHO)が1989年に定めました。それに伴い、1992年より日本では厚生労働省が5月31日から6月6日までの一週間を「禁煙週間」としています。

たばこの害

たばこの煙には、4000種を超える化学物質が含まれていますが、三大有害物質といわれているのが「ニコチン」「タール」「一酸化炭素」です。

ニコチン

血管を収縮させる働きがあり、心臓病・高血圧・冷え症の原因になります。また依存性があるので、「わかっているけど止められない」状態になるのはこのためです。

タール

物が燃えた時に発生する油状物質で、発がん性物質を多く含みます。

一酸化炭素

血中の酸素量を減らす働きがある、無色無臭の気体です。息苦しさ・めまい・吐き気・頭痛等の症状の原因にもなります。

たばこの煙は周囲の人にも強い影響を与えます。車内・仕事場・自宅等にたばこの煙がある環境は、そこにいる全員にたばこを吸わせているようなものです。そうならないために、喫煙者には「分煙」をしてもらい、また、室内はしっかり「換気」をしましょう。

新型たばこは無害?

「加熱式たばこ」はたばこの葉を「加熱」して蒸気を発生させるため、一般の紙巻きたばこに比べれば煙は少ないかもしれませんが、発生させた蒸気にはニコチンや発がん性物質が含まれているため、健康を損なう恐れがあります。

「電子たばこ」はリキッドと呼ばれる液体を加熱して、その蒸気を吸うたばこ。リキッドの主成分は食品添加物や医薬品などにも使われているプロピレングリコールや植物性グリセリンですが、それらを加熱して吸引した場合、気管支や肺に炎症が起きて重い肺炎を起こす可能性は否定できません。また、香料にも気管支や肺胞に炎症を引き起こす有害作用があることが言われています。

国内で普及するこれら新型たばこは、これまでの紙巻きたばこに比べて有害成分が大幅に低減されたことを特徴にうたわれていますが、市場に出て日が浅いため、健康影響等に関する疫学的なデータがほとんどなく、有害性や安全に関する未知の問題も多く残されている状況です。

厚生労働省からも注意喚起がなされています。電子たばこを使用し、呼吸困難、息切れといった呼吸器症状がみられるなど、具合が悪くなった場合には、直ちに使用を中止し医療機関を受診してください。



健康やお薬に関するお悩み・お困りごとは何でも、かかりつけ薬剤師・薬局に、お気軽にご相談ください!

特集

よりよく



おくすり手帳を 活用しましょう!

週刊うえだの読者のみなさんは「おくすり手帳」もちろん持っていますよね。これまでこの紙面で何度もお伝えしていますが、健康に不安があっても、複数の医療機関にかかっている、いざという時にはおくすり手帳が頼りになるのです。

意外と盲点なのが2ページ3ページ目です。ご自身の情報を書くページに、きちんと記入していますか? とても大事な情報なので、必ず書いておいてください。

記入見本

基本情報

あなたの大切な情報

お名前 上田華子 男

生年月日 1994年5月13日 生年/年齢 54歳

住所 〒386-0016 上田市国分994-1

電話番号 0268-22-6130

血液型 (AB・B・O)型 Rh (+)

アレルギー疾患 花粉症

肝疾患 なし

心疾患 なし

腎疾患 なし

消化器疾患 なし

その他

具体的な薬名・症状を記入 (薬剤師に書いてもらっても)

服用薬 (お薬)

ペニシリン系抗生物質 牛乳、卵

花粉症 (その他)

スギ、ヒノキ

服用薬 (お薬)

ペニシリン系抗生物質・薬片

ない場合も「なし」と記入を

おくすり手帳活用のポイント

- 医療機関、薬局に行ったときには、受付で毎回必ず提出しましょう。
- 薬局で市販のお薬(OTC)を買った場合にも、記録しましょう。
- シールでないものを渡された場合は、そのまま貼るか挟んでおきましょう。
- お薬について困ったこと、気になったこと等があるときには記録しておきましょう。
- 医療機関でもらったお薬の記録(薬歴)になりますので、大切に保管しましょう。
- おくすり手帳は必ず一冊にまとめましょう。
- 旅行する時や、休日診療所や救急病院を受診する時もおくすり手帳を持参しましょう。
- 終了した手帳もしばらくは一緒に持っていきましょう。

はい、お答えします!

Q. ジェネリック医薬品が安いのはどうしてですか?

A. ジェネリックとは、「後発」医薬品のこと。「先発」医薬品は、研究開発に長い期間を要するため、多額の費用がかかります。特許を取得して販売されますが、その特許が切れた後に、同一成分を使用して開発・販売するのがジェネリック医薬品。先発品と同等の効果があると国から認められたお薬です。開発の期間が短くて済むので、その分価格は安くなります。

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 | 八ガキ 〒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



上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

