



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.132

Vol.132

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!

TOPICS

上田薬剤師会の ホームページが

リニューアルしました!

上田薬剤師会のホームページが、さらに使いやすくリニューアルしました。

たとえばお住まいの地域の薬局検索では、エリアのMAPからはもちろん「オンライン服薬指導」に対応できる薬局、「小児在宅(医療的ケア児等)」対応可能の薬局、「緊急避妊薬」を置いている薬局など、絞り込みが可能。またそれぞれの薬局情報で「コロナやインフルエンザの検査キット」の有無がわかるなど、一般の方にも医療関係者の方にも広く使っていただきやすいホームページになりました。



「緊急避妊薬」を置いている薬局など、絞り込みが可能。またそれぞれの薬局情報で「コロナやインフルエンザの検査キット」の有無がわかるなど、一般の方にも医療関係者の方にも広く使っていただきやすいホームページになりました。

スマホにも対応
していますので、
ぜひお気軽に
ご利用ください!



「薬草ハーブに親しむ会」が 開催されました。

2024年7月28日(日)さわやかなお天気の中、標高1,400mの長野県菅平薬草栽培試験地にて、上田薬剤師会主催の「薬草ハーブに親しむ会」が開催され、今年は約100名の方にご参加いただきました。薬草オリエンテーリングをはじめ、例年人気の「ラベンダースティック」製作体験、さらに今年は「匂い袋」の製作体験も好評でした!

ご来場いただいた皆様、ありがとうございました!
また来年もお会いしましょう!



特集

あらためて考える 新型コロナウイルス感染症

昨年5月より新型コロナウイルスは季節性インフルエンザなどと同様、感染症法上の「5類」に移行され、行動制限や入院勧告などの対策は行われなくなりました。しかし、ここに来てまた感染者が増え、「第11波だ」という声も聞こえてきます。今あらためて注意したいコロナウイルスについて、薬剤師の宮下真郷さんに聞きました。



5類に移行はしたものの...

5類に移行したのは、対処法や治療法がわかって薬やワクチンができたというだけで、ウイルス自体が弱くなったり、症状が軽くなったわけではありません。新型コロナウイルスは未だ、感染すると重症化してしまう人がいることに変わりないのです。

特に高齢者や妊娠中の方、基礎疾患のある方は重症化リスクが高いため、できる限りウイルスを近づけないよう引き続き対策が必要です。

自分が感染してしまったら? ルール・マナーを再確認!

発熱や風邪のような症状がある場合は、市販の抗原検査キットで自己検査し、陽性の場合はまず自宅で安静にして十分な水分を摂るようにしましょう。症状が重い、または改善しない場合は医療機関に相談・受診してください。

医療機関はもちろん、薬局を訪れる際には、重症化リスクの高い方を守るために、事前に電話で連絡し、訪問時には必ずマスクを着用してください。

発症したら翌日から5日間は外出を控えることが推奨されています。周囲への配慮を意識しましょう。同居の家族が感染した場合は、可能であれば部屋を分け、感染者のケアは限られた人が行うなどの対策が望めます。

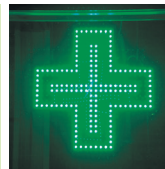
やっぱり予防と備えが大事!

感染経路は変わらないので、予防方法も以前と同様です。外から帰ったら手を洗い、食事やおやつの前にも手を洗い、定期的に窓を開ける「換気」も意識して行いましょう。

公共交通機関やお祭りなど混雑する場所ではマスクをするなど、自己防衛のためにマスクはいつも持ち歩くのがいいかと思います。さらに、十分な睡眠、バランスの取れた食事、適度な運動で免疫力を維持することも大切です。

もしもの時のために、抗原検査キットや1週間分程度の食糧を備蓄するなど、備えもしておきたいですね。

くわしくは、
かかりつけ薬剤師・薬局に
お気軽にご相談ください!



上田薬剤師会の
マーク(左)と、上
田薬剤師会認定基
準薬局の目印、グ
リーンクロス看板
(右)

はい、お答えします!

Q. 余ったお薬はどうすればいいですか?

A. 飲み忘れ等で余ったお薬は、ぜひ次回処方の際にかかりつけ薬剤師・薬局へお持ちください。患者さん個別の状態や生活リズムなどを確認し、必要なお薬を適切なタイミングで服用できるよう提案させていただいたり、主治医と連絡を取って次回処方日数の調整をしたり、お薬手帳記載のお手伝いをしたりなど、常に適切な服薬による患者さんの健康のお役に立ちたいと思っています。詳しくはかかりつけ薬剤師・薬局におたずねください。

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 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

