



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.150

Vol.150

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 1

### 地域連携薬局、専門医療機関連携薬局

とは？

先月の「健康サポート薬局」に続き、2021年に始まった都道府県知事による認定の薬局制度を解説します。ご自分に合った「かかりつけ薬剤師・薬局」を選択するための参考にしてください。

#### 地域連携薬局

患者さんが地域で安心して治療・生活を続けられるよう、医療・介護の連携を強化した薬局です。

一元的な  
情報管理

入退院時、在宅医療などで病院や介護施設と連携し、服薬情報(残薬、副作用など)を管理します。

24時間対応

夜間や休日、営業時間外でも電話相談や緊急の調剤に対応します。

在宅対応

在宅訪問や、地域薬局への医薬品提供・研修実施などを行います。

プライバシー

座って服薬指導が受けられる個室などを整備しています。

#### 専門医療機関連携薬局

がんなどの専門的な薬学管理が必要な患者さんに対し、専門医療機関と連携して高度な医療を提供する薬局です。

専門薬剤師  
の配置

がんなどの専門性が高い薬剤師を配置しています。

特殊な調剤・  
高度な管理

抗がん剤の調剤など、高い専門性が求められる薬学管理を行います。

専門医療機関  
との会議参加

病院が開催する治療方針の共有会議に継続的に参加します。

専門相談・  
設備

専門的な情報を地域に提供し、プライバシーに配慮した個室やバリアフリー設備があります。

#### 「地域連携薬局」 登録薬局

※2025年12月末時点

- イジマ薬局
- カワイ薬局
- 中村薬局
- 召田薬局
- かわにしノリ薬局
- フジサワ薬局
- 神科薬局
- 塩田上原薬局
- 常田薬局

## TOPICS 2

### 緊急避妊薬(アフターピル)が、2026年2月2日より 一部の薬局で処方箋なしで直接購入可能になりました!

原則72時間以内の服用が必要で、購入には薬剤師による対面指導、チェックシート記入、その場での服用が必須。**薬局へ行く前に、在庫状況を必ず電話で確認してください。**金額は薬局により異なりますが、数千円~1万円程度です。

お近くの薬局は  
上田薬剤師会  
HPで  
ご確認ください



注意  
ご注意ください

- ★ 事前連絡の上、本人(女性)が直接来店!
- ★ 薬剤師が不在の時間帯は不可!
- ★ 男性や代理人の購入は不可!

▲上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

健康やお薬に関するお悩みごと・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

### 男性の薄毛(AGA)治療



ぽかぽか春らしい日が増え、気持ちも軽やかになる季節ですね。今回は年齢と共に増える「薄毛」のお悩みについて、薬剤師の小林敏伸さんにお話を聞きました。

#### 薄毛のメカニズム

人間の頭には約10万本の髪の毛があって、1日に50~60本程度が自然に抜けます。1本の髪の毛は3年から6年かけて成長し、抜け落ちるサイクルを繰り返します。このサイクルが何らかの原因で狂うと、成長期間が短くなり、抜ける速度が生える速度を上回ってしまうことで、薄毛になります。



#### 男性の薄毛の主な原因

男性ホルモンと5αリダクターゼという酵素が結合すると、より強力なジヒドロテストステロンという男性ホルモンができます。これが毛根を傷めて、新しい毛を作れなくなったり、既存の毛の老化を早めたりします。ただし、この反応の強さは個人の体質や遺伝によって大きく異なります。

#### 薄毛は遺伝する?

薄毛の遺伝は母方の祖父の影響が最も大きいと言われます。男性はXY染色体を持ち、X染色体は母親から受け継ぎます。男性ホルモンの受容体遺伝子はX染色体上にあるため、母方の祖父が薄毛だった場合、約75%の確率で自分も薄毛になる可能性があります。父方の遺伝子も5αリダクターゼの活性に関与するため、どちらかに薄毛の遺伝子があれば注意が必要です。



#### 薄毛の予防に重要な生活習慣は?

まずは睡眠をしっかり取ることです。毛根の健康には睡眠とストレス管理が欠かせません。また、食事も大切で、特に亜鉛などのミネラルやビタミンの摂取が重要です。亜鉛は5αリダクターゼの活性を抑える働きがあり、牡蠣、牛肉、納豆、チーズなどに多く含まれています。



#### 薄毛治療は早めに始める!

薄毛治療は毛根がまだ生きているうちに始めることがポイント。兵隊(毛根)がいっぱいいるうちに治療を始めれば勝利(効果)が期待できます。しかし、完全に毛根がなくなった状態では、新しい毛根を作ることはできません。現在ある毛根を活性化して血流を良くし、太く強い毛を生やすことが治療の目的です。

治療薬は予防的に使用の方が効果は高いですが、効果を判定するには最低でも数年間の継続使用が必要で、髪の毛の成長サイクルが3~6年であることを考慮する必要があります。



▲女性用の治療薬もあります(写真左)

#### かかりつけ薬剤師・薬局にご相談を!

薬の使用は、基礎疾患のある方は注意が必要です。自己判断でなく、まずは薬剤師にご相談ください。遺伝的要因から生活習慣まで、個人の状況に応じたアドバイスをいたします。途中で不安になったり挫折しそうになった時も、相談できる専門家がいると安心でしょう。テレビCMだけで薬を選ぶのではなく、専門知識を持った薬剤師のアドバイスで、より適切な治療選択ができます。

