


知って安心

# あなたのくすりと健康

聞いて安心



第79号

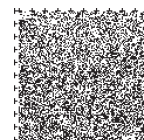
- インフルエンザワクチンについて…北里大学病院 薬剤部 菅原 充広
- ノロウイルスから身を守りましょう!…藤沢湘南台病院 薬剤部 遠藤 篤
- くすりの飲み残し、「残薬」を減らしましょう!…大和市立病院 薬剤科 計良 貴之

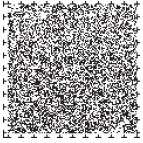


職業曝露防止のため、抗がん剤調製用アイソレーターを導入しました。

<表紙写真> 公立大学法人 横浜市立大学附属病院

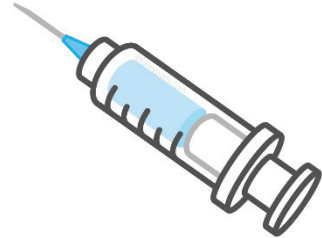
当院は横浜市金沢区に位置し、地域がん診療連携拠点病院に指定されています。がん指導薬剤師やがん薬物療法認定薬剤師を中心に、多様な抗がん剤治療において高度な専門性を活かして安全かつ効果的な薬物治療を提供しています。また本年10月よりアイソレーターを導入するなど、抗がん剤調製を行う薬剤師の曝露対策にも積極的に取り組んでいます。





## インフルエンザワクチンについて

インフルエンザワクチンを接種する目的は病原性を失わせた抗原（体が異物と認識する物質）を事前に接種し、あらかじめインフルエンザウイルスに対する抵抗力を高めておくことで、体内で増殖したインフルエンザウイルスの活動を抑え込むことです。つまり、インフルエンザワクチンは接種をすればインフルエンザにかからないわけではなく、ある程度の発病を阻止する効果と、また発症したとしても症状が重くなることを抑える効果があります。



インフルエンザウイルスには A 型、B 型、C 型の 3 つの型がありますが、「季節性インフルエンザ」として流行するのは A 型（ソ連型）、A 型（香港型）、B 型（山形系統）といわれています。近年のインフルエンザ B 型の流行は 2 系統（山形系統とビクトリア系統）が混合していることから、今シーズンのインフルエンザワクチンは従来の 3 種類に B 型（ビクトリア系統）を加えた 4 種類が含まれたワクチン（4 価ワクチン）が導入され、従来の 3 価ワクチンに比べ高い効果が期待されています。この変更に伴い薬剤費が高くなったため、接種料金に変更になった医療機関もあります。

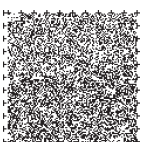
高齢者や小児、基礎疾患を持っている人などの「ハイリスク者」（インフルエンザに感染することで重篤な健康被害が発生しやすい人）だけでなく、その周りの人も「ハイリスク者」への感染を防ぐ意味でワクチン接種することが望まれます。また、季節性インフルエンザワクチンの予防効果は接種した 2 週間から 5 か月程度と考えられています。このため、インフルエンザの予防に十分な免疫を保つためには毎年インフルエンザワクチンの接種を受けた方が良いと考えられます。

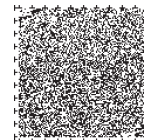
ワクチン接種後の副反応として、接種後数日中に注射部位が赤くなったり、硬くなったり痛みが出る場合があります。また、発熱や頭痛、関節痛、下痢、倦怠感などの全身症状がみられる場合がありますが、通常、2～3 日でこれらの症状は消えますので、特別な処置は必要ありません。ワクチン接種後の重大な副反応として、ショック、アナフィラキシー様症状（呼吸困難、じんましん、血管浮腫等）が現れる場合があります。多くの場合、接種後 30 分以内に起こることが多いので、その間は医療機関にとどまるか、医師とすぐ連絡が取れるようにしておきましょう。

北里大学病院 薬剤部 菅原 充広



神奈川県病院薬剤師会  
マスコットキャラクター  
くしゅりん





## ノロウイルスから身を守りましょう!

胃腸炎や食中毒を引き起こすノロウイルスの流行期間は、10月から翌年4月です。そのなかでも12月から翌年1月が発生のピークです。感染から発症までの時間は、24～48時間です。主な症状は、吐き気、嘔吐、下痢、腹痛で、1～2日間持続し、その後治ります。現在、ノロウイルスに効果のある抗ウイルス剤は存在しないため、必要に応じて対症療法が行われます。特に乳幼児や高齢者では嘔吐、下痢による脱水症状が起こる場合があるため水分補給が大切です。脱水症状がひどい場合には、輸液治療が必要です。下痢止めは、ノロウイルスを腸内に滞留させ、症状の改善が遅れる可能性があります。ノロウイルスによる胃腸炎や食中毒を疑ったら、早めに医療機関を受診してください。ノロウイルスから身を守るためには予防対策が大切です。皆様の周りの方々と一緒に実践しましょう。

### 食事の前やトイレの後には、必ず手を洗ってください。

石けんには、ノロウイルスを失活させる効果はありませんが、手の汚れとともにノロウイルスも洗い落とすことができます。

### 下痢や嘔吐など症状がある方は、食品の取り扱いをしないでください。

ノロウイルスは、便や嘔吐物に大量に含まれており、とくに便への排泄は約3週間続きます。したがって、食品を取り扱わないことで食中毒の発生を防止できます。

### 胃腸炎患者に接する方は、患者の排泄物や吐物を適切に処理してください。

使い捨てガウンや手袋、マスクで防護し、汚染物回収します。汚染箇所は、次亜塩素酸ナトリウムおよび水拭きをします。使用済みの用具や回収物は袋に密閉して廃棄します。

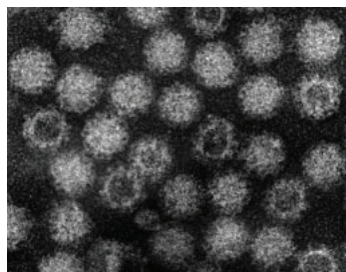
### 加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱してから食べてください。

中心部が85～90℃で90秒以上の加熱が望まれます。

### 調理器具は、使用後に流水による洗浄後、消毒、乾燥をしてください。

0.02%次亜塩素酸ナトリウムや加熱処理(80℃の熱湯で5分間以上または85℃の熱湯で1分間以上)が有効です。

藤沢湘南台病院 薬剤部 遠藤 篤



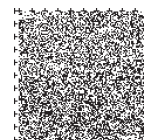
ノロウイルスの電子顕微鏡写真(約20万倍):横浜市衛生研究所撮影



ノロウイルス Q&A [検索](#)



食中毒 [検索](#)







## くすりの飲み残し、「残薬」を減らしましょう！

### 家の中に飲み残してしまったくすりはありませんか？

「風邪薬をもらったけど、風邪が治ったから全部は飲まなかった。」

「先生の診察は水曜日なので4週間ごとに受診しているけど、いつも30日分のくすりをもらっているから、少しずつ余っていく。」

「くすりの指示が変わったので、前に飲んでいたくすりが残っている。」

「どうしても仕事の関係で、お昼のくすりを飲み忘れてしまう。」

など、いろいろな事情があって飲み残したくすりがあるのではないのでしょうか。

これらの飲み残してしまったくすりや使用できずに残ってしまったくすりは、「残薬」と呼ばれ増え続ける医療費の一因として考えられています。

2015年4月、関西のある高齢者のお宅から、大量の残薬が見つかったという新聞記事がありました。中には10年以上前に処方されていたくすりや、有効期限の切れたインスリン注射などがあり、錠剤は1,000錠以上、実に14万円相当の残薬でした。3つの病院に通い、それぞれで指示されたくすりを飲んでいましたが、くすりの種類や服用方法が変わるごとに飲み方がわからなくなり、次第に飲まなくなってしまったそうです。当然のことながら症状は良くなり、血圧や血糖のコントロールはうまくできていませんでした。きちんと飲めていないことを医師に説明できなかったため、医師はくすりを増量したり、新たなくすりを処方したりしました。そのため、さらに残薬を増やしてしまう結果になってしまったそうです。こうした残薬については、全国的な調査が行われ、厚生労働省に提出された資料によると、残薬の総額は400億円を超える額になっているそうです。



くすりはきちんと服用してこそ期待した効果が期待できるものです。たくさんくすりがあるって飲み方がわからない場合でも医師に言わずに飲み方を変えてはいけません。また、飲んでいないくすりがある場合や残薬がたくさんある場合などは、ぜひ薬剤師に相談してください。服用方法の整理や飲み方の工夫、残薬に合わせた処方日数の調整など、薬剤師の視点から市民のみなさんの薬物療法に協力していきたいと思えます。



大和市立病院 薬剤科 計良 貴之

第14回かながわ薬剤師学術大会  
市民公開講座 開催のお知らせ

『この命は預かりもの』

入場  
無料

〈講師〉 枘野 俊明 曹洞宗 徳雄山建功寺 住職 多摩美術大学環境デザイン科 教授

〈日時〉 平成28年 1月 17日(日) 13:30～14:30(12:30開場)

〈場所〉 パシフィコ横浜 会議センター1階メインホール(横浜西区みなとみらい1-1-1)

「お薬相談」「健康測定」も  
実施いたします。  
是非ご参加ください。

《編集後記》活躍する薬剤師を紹介しています。今後も様々な事業を企画してまいります。ご要望などございましたら、下記の事務局までご連絡お願いいたします。

《発行》 公益社団法人 神奈川県病院薬剤師会

〒235-0007 横浜市磯子区西町14-11 神奈川県総合薬事保健センター 4階

TEL: 045-761-3345 FAX: 045-761-3347

インターネットアドレス <http://www.kshp.jp/>

