

知って安心

# あなたのくすりと健康

聞いて安心

第83号



- 雑誌の情報に迷っている患者さんへ…大和市立病院 薬剤科 計良 貴之
- “結核”は過去の病気ではありません…社会医療法人財団互恵会 大船中央病院 石井 弘幸
- 風邪予防にうがい薬は必要ない!!…藤沢湘南台病院 遠藤 篤



無理のない勤務体制を目指し医療安全に取り組んでいます



## <表紙写真> 茅ヶ崎市立病院

当院では病棟薬剤業務実施加算を算定し、中規模病院の良さを活かした幅広い病棟業務に加え、各人が専門知識を向上させチーム医療 (ICT、NST、緩和ケア、D-MAT、安全管理室、褥瘡対策など) への参加を積極的に行っています。

また、夜間救急業務のために薬剤師の24時間体制を創る上で、変則2交代勤務制を採用し1人勤務時の無理のない勤務体制を目指し医療安全に取り組んでいます。

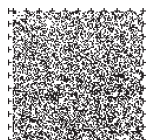
茅ヶ崎は風土も良く、自治体病院ならではの公益性や他部署との連携を感じられます。

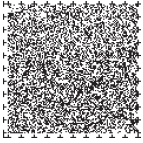
一緒に働く仲間の募集も臨時職員や任期付職員など採用の幅を持たせながら病院薬剤師としてのステップアップにも貢献したいと考えています。興味がある方は茅ヶ崎市立病院HPをご確認ください。

公益社団法人 神奈川県病院薬剤師会

2016年12月発行

音声コード





## 雑誌の情報に迷っている患者さんへ

最近、多くの患者さんから「私の飲んでいるくすりが、ある雑誌で飲んではいけないと書かれていました。本当に飲んではいけないのでしょうか？」と相談を受けました。

いくつかの雑誌で、「飲んではいけないくすり」や「飲み始めたら止められないくすり」、「本当は効かないくすり」などの内容の特集が組まれていたため、それらを読まれた患者さんが多くいらっしゃったのだと思います。中には、実際の記事を読まれていない患者さんが、電車の広告や伝聞などで、自分の飲んでいるくすりに不安を募らせてしまったために、相談に来たのだと思います。

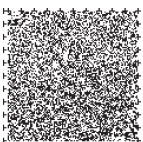
これらの記事は虚偽ではないものの、くすりの負の局面のみを誇張している内容が多く見受けられます。肝心の効果についてはあまり触れず、副作用ばかりを大きく取り上げている記事がほとんどでした。そのため、それを読んだ患者さんの多くが、自分の飲んでいるくすりの副作用が心配になり、飲み続けることへの不安につながってしまったのだと考えられます。

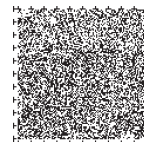
それらの相談に対してまずお伝えすることは、どなんくすりにも副作用があるということです。副作用のないくすりというのはありません。医師は、個々の患者さんの症状や合併症などの身体の状態を考えたうえで、効果と副作用を天秤にかけ、効果のほうが勝っている場合に必要なくすりを処方します。「飲んではいけない」や「効果がない」といった断定的な表現は、すべての患者さんに当てはまるような印象を受けるため、適切な表現とは言えません。

あるくすりについては、「糖尿病のある患者さんに使えない、高用量では震えなどが出る」といった副作用が書かれていました。これを言い換えれば、「糖尿病のない患者が通常量を飲むことは、効果のほうが期待できる」ということになります。また、医師や薬剤師がコメントを述べていることもありますが、多くは科学的に論証されたものではなく、実体験に基づく個人的見解によるものですので、それだけで善し悪しを判断することはできません。

雑誌などの情報で迷ったり、不安になったりした時は、絶対に自己判断でくすりを飲むのを止めたりせずに、ぜひ薬剤師にご相談ください。

大和市立病院薬剤科 計良 貴之

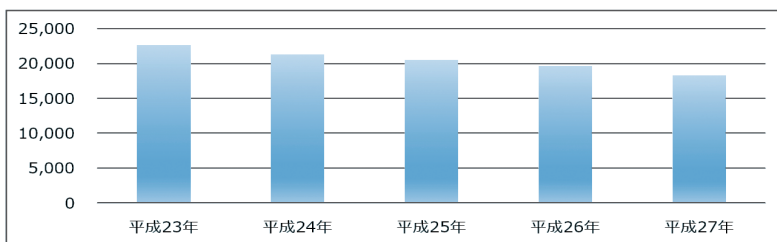




## “結核”は過去の病気ではありません

“結核”と聞いて皆さんの第一印象はいかがでしょうか？過去には高杉晋作や沖田総司、樋口一葉等の著名人が、結核によって命を落としたと言われています。戦後、BCG接種などの予防方法や抗生物質の開発による治療方法の発達により、患者数は大幅に減少しました。しかし、最近では新規登録患者数はわずかに減ってきているものの横ばい状態となり、依然として毎年1万人以上が新たな結核患者として登録されています。

神奈川県内では、**2015年は10万人あたり14.4人**の割合で発症しており、全国平均並みとなっています。



新規結核登録者数：厚生労働省平成27年結核登録者情報調査集計結果より

結核は感染した患者が咳やくしゃみをするすると空気中に飛散、その中に含まれる結核菌を周囲の人が吸い込むことで感染する「空気感染」を経路とします。結核の初期症状は風邪に似ていますが、せき、痰（たん）、発熱などの症状が長く続くのが特徴です。

さらにひどくなると、だるさや息切れ、血の混じった痰などが出始め喀痰や呼吸困難に陥る場合もあります。2週間以上、せきや痰、微熱が続くようなら、早めに受診するようにしましょう。

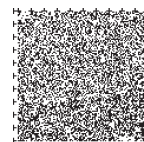
若年者や抵抗力の弱い人に接する機会が多い職業、具体的には保育士、高校以下の教職員、塾の教師、医療・福祉施設職員の場合は定期的な検診が望まれ、より一層の注意が必要です。

結核と診断された場合は感染症法に基づいて、専門の医療機関にて治療を受けることになります。治療は、症状や経過によりますが6か月かそれ以上の期間、複数の薬剤を服用します。

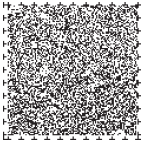
そこで重要なことは、医師が指示した薬を、決められた期間、きちんと毎日飲み続けることです。症状が消えたからといって自分の判断で薬をやめると、結核菌が薬に対して耐性（効果が見込めなくなること）を持つことがあり、その後の治療が非常に困難になります。

厚生労働省では毎年9月24日から30日までを結核予防週間として、地方自治体や関係団体の協力を得て、結核予防に関する普及啓発などを行っています。結核は決して過去の病気ではなく、現在でも蔓延する可能性が十分ある感染症です。皆さんも長引く咳や痰の症状がある場合は、早めに受診するようにしてください。

社会医療法人財団互恵会 大船中央病院 石井 弘幸







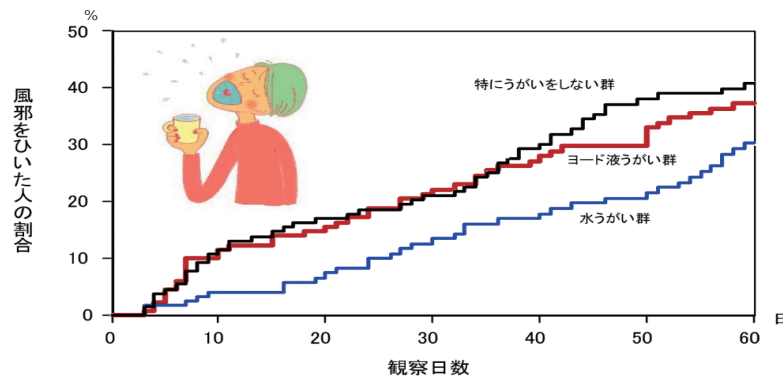
## 風邪予防にうがい薬は必要ない!!

寒さが厳しい季節となりましたが、老若男女問わず罹患する風邪に対して、皆さん警戒されていることでしょう。風邪は通常ウイルス感染が原因とされていますが、そのウイルス感染を直接治療する医薬品は残念ながら存在しません。風邪をひいてしまった場合には、原因療法ではなく風邪症状を軽減するための対症療法が施行されます。したがって、風邪のウイルスが体内に侵入しないよう、手洗いやうがいの徹底が求められます。

うがいの有効性については小児を対象とした観察研究が行われており、うがいを実施すると発熱(37.5℃以上)の頻度を減少させることが確認されています。発熱が必ずしも風邪症状とは限りませんが、うがいが効果的であることはご理解いただけたのではないのでしょうか。また、小児よりも適切なうがいができる成人では、うがいによる風邪の発症リスクをさらに軽減できる可能性も期待されています。

さて、うがいを行うにはうがい薬を使用する方も多いと思いますが、本当に必要でしょうか? 18歳以上の健常者を対象に少なくとも1日3回以上の水うがいと消毒剤(ポビドンヨード)うがいを比較した研究が実施されました。その結果、消毒剤うがいよりも水うがいで風邪をひいた人の割合が低くなりました。

身近にある水道水でのうがいで十分な風邪の予防ができますので、実践されることをおすすめします。



Satomura K, et al. Am J Prev Med 2005; 29 (4): 302-307.

藤沢湘南台病院 遠藤 篤

《編集後記》毎号、病院の薬剤部門を紹介しています。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/>

第15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

# 「嫌われる勇気」

入場無料

<講師> 岸見 一郎 哲学者

<日時> 平成29年1月15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  
(横浜市西区みなとみらい1-1-1)

