

# まちのくすりやさん 第1号

～発行にあたり～

この度、市民の皆さまに健康に関する正しい情報を提供する目的で、広報誌を毎月発行することになりました。

私達薬剤師は、薬の専門家として、一人でも多くの皆様が健康に暮らせるよう日々願っておりますが、薬剤師会として、この広報誌を通じて、身近な話題やQ&Aなど載せながら、市民の皆様と心のキャッチボールが出来ればと考えております。

ぜひご一読下さいますようお願い申し上げます。

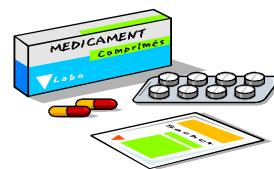
(社)浦安市薬剤師会会長 高橋 春夫

## 今回のおはなし

📌 “かぜ”のお薬との相互作用

📌 ザ・タバコ

📌 Q&A



～“かぜ”のお薬との相互作用～

(社)千葉県薬剤師会くすり百話より抜粋

“かぜ”は誰でも知っている病気のように、実際にはその正体は複雑で、正確に言い表すのは難しいものです。一般に“かぜ”は発熱、頭痛、鼻水、悪寒、くしゃみ・咳などの症状に対して、漠然と診断されます。その程度は、軽い鼻かぜからインフルエンザの重症型までいろいろで、医学的に定義すれば「呼吸器粘膜の急性の炎症性疾患」といえます。かぜ薬は各々の症状を和らげる対症療法です。無理をせず、家で静かに休むことが、早く治すコツです。普通に売られているかぜ薬も、いろいろな症状に対して効果を表す成分が各種配合されています。お薬同士の飲み合わせのことをお薬の相互作用といいます。相互作用もお薬の入っている成分によって違います。薬局でお薬を購入する時あるいは医師の診察を受ける時には、現在飲んでいるお薬を必ず伝えて相談して下さい。

★かぜ薬をAの薬と一緒に飲むと、Bのような副作用がおきることがあります。

| 一緒に飲む薬(A)                          | 起こるかも知れない副作用(B)                            |
|------------------------------------|--|
| 痛風薬                                | 痛風薬の効果が弱まる場合があります。                         |
| 糖尿病薬                               | 血糖値が下がりすぎる場合があります。                         |
| 血栓症薬                               | 出血しやすくなるおそれがあります。                          |
| 鉄剤                                 | かぜ薬(例えば抗生物質)が効かなくなる事があります。                 |
| 抗てんかん薬、催眠鎮静剤、精神神経用剤、高血圧薬、不整脈薬、抗うつ薬 | かぜ薬(例えば鎮咳剤)の作用を増強し、便秘、吐き気、眠気などが起こることがあります。 |

# ガ・タバコ

①イギリスの学者の研究によると、タバコ1本で寿命が5分30秒縮むというデータがあります。ということは、

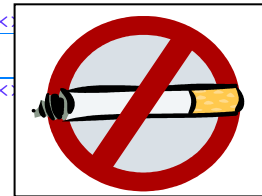
1日20本吸う人は、1日で1時間50分

1ヶ月では、2日と7時間 半年では、16日と3時間

1年では、およそ1ヶ月寿命が縮まることになります。

②タバコは全身病と言われる程、タバコの煙には、200種類を超える有害物質が含まれていて、これらの有害物質は多くのガン、呼吸器疾患、消化器疾患、循環器疾患などの発症に深く関連していると言われています。

※薬剤師会では、禁煙支援を積極的に行なっておりますので、卒煙を考えていらっしゃる方は、お気軽に薬剤師にご相談下さい。



## Q&A

**Q: アレルギーの原因のひとつであるダニ対策を教えてください。**

A: 湿度の高い梅雨の時期は、室内でダニが増えやすくなっています。ダニはかつては畳などにいたイエダニに代わり、カーペットや布団、ソファなどに潜むチリダニが目立つようになりました。チリダニやそのふん、死骸はアレルギー性ぜん息、アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患の原因の一つとされています。①毎日掃除機をかける。②掃除機を1㎡あたり20秒以上ゆっくりかけるのがポイント！布団のダニも掃除機で時間をかけて吸い取るのがコツ。また、天日干しも効果的で、干した布団の表面を手で払うと死骸が落ちる。布団を強くたたくと死骸を細かく砕いてしまうので逆効果です。室内干しをする時は、エアコンや除湿機で除湿し、生乾きになったらアイロンで乾かす方法もあります。



一言メッセージ “**麻疹(はしか)にご注意を**”

今年は、麻疹(はしか)流行の兆しがあるそうです。発しんを伴う発熱などがある場合には、早く医療機関を受診しましょう。また、予防接種を受けていない人は早急に医療機関で受けて下さい。

ご意見、ご質問、ご感想など、お気軽にお寄せ下さい。

(社) 浦安市薬剤師会 〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月~金: 10~15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス yakuura@violin.ocn.ne.jp