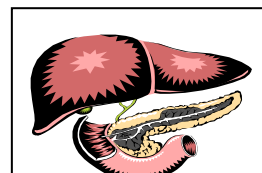


まちのくすりやさん 第12号

今回のおはなし

- 肝臓の病気について
- ザ・タバコ
- Q&A



「体がだるい、疲れやすい、食欲がない」が長引いている方へ

肝臓の機能が低下しているかもしれません。

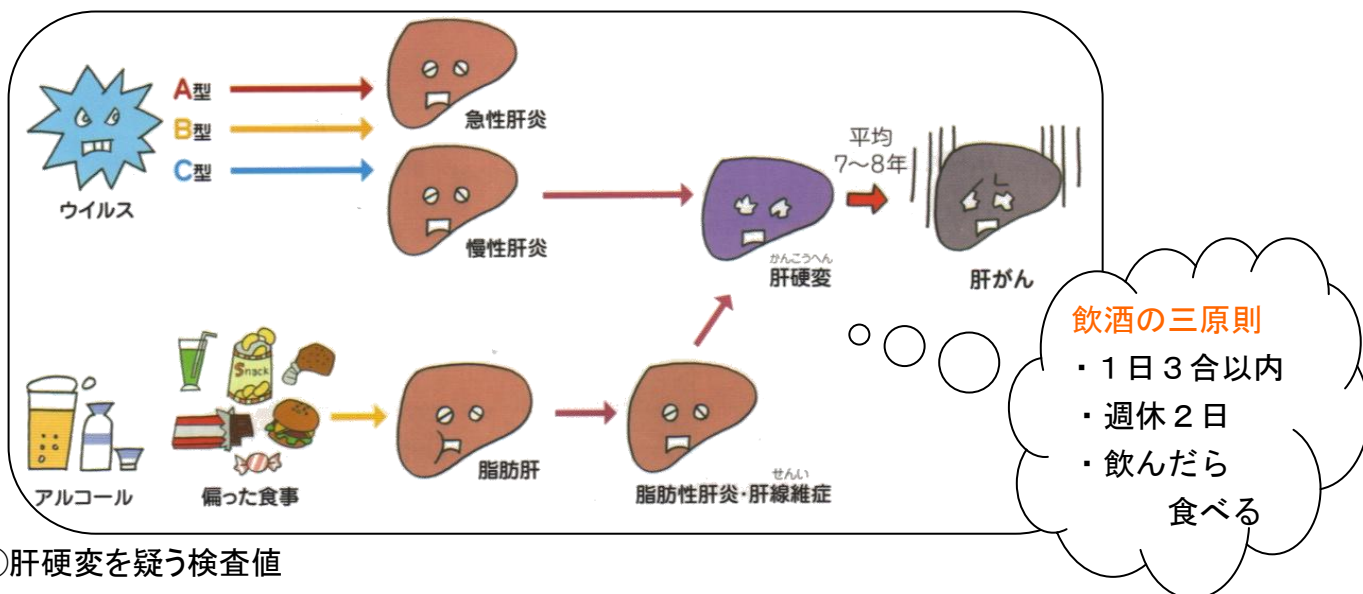
我慢せず、早めに主治医に相談しましょう。

①肝臓は、沈黙の臓器とされていますので、肝硬変の早期発見が大切です。

②肝臓病の3大原因は、ウイルス・アルコール・肥満です。

※ アルコール性肝障害は、お酒の飲みすぎが原因です。アルコールは水に溶け、脂肪を溶かし、蛋白を変性させる働きがあるので、体の細胞を直接害します。さらに、肝臓ではアルコールが代謝されてできる毒性のアセトアルデヒドによって障害が強まります。

※ 肥満者の約80%に脂肪肝がみられます。肥満の人や糖尿病の人に起こる炎症や肝硬変へ進行する脂肪肝(非アルコール性脂肪性肝炎)も知られてきました。



③肝硬変を疑う検査値

- ・アルブミン 3.5g/dL 以下
- ・γ (ガンマー)グロブリン 2.5g/dL 以下
- ・血小板 10万個/μL 以下

④肝臓病は、罹るも治るも食べ物の管理(栄養療法)が大切です。

ザ・タバコ

他人のタバコの煙にさらされる「受動喫煙」で糖尿病になるリスクが8割ほど高くなる！ 厚生労働省研究班調査

受動喫煙でがんやぜん息のリスクが高まることは知られていますが、厚生労働省研究班が糖尿病との関連について、企業の従業員を対象に調査し、発表しました。

喫煙者本人では、がんや動脈硬化などのほか、糖尿病のリスクを高める事はすでに報告されています。喫煙で糖尿病になりやすいのは、糖を処理するインスリンをつくる膵臓（膵臓）の働きが悪くなったり、インスリンが出ても効きにくくなったりするためと考えられています。

調査をまとめた京都大の林野泰明講師は、「糖尿病を防ぐ観点からも、職場の分煙環境の整備が重要。もっと大切なのは、喫煙者を1人でも減らす事」とお話されています。



Q&A

Q: 薬にも使用期限がありますか？

お薬には、使用期限(有効期限、有効期間となっているものもあります。)が表示されているものがあります。これは、法律によって義務づけられているもの、メーカーが自主的に表示しているものがあります。

使用期限の意味は、説明書に書かれている通り、封を開けずに保管した場合に品質が保障される期間です。

期限の表示がないお薬は、正しく保管されていれば製品となってから3年間は品質が保障されていますが、これは開封されていない場合です。開封したものは、錠剤、カプセル剤などは半年から1年と考えておけばよいでしょう。シロップ剤はいたみやすいので10日前後、目薬は1ヶ月ぐらいいを目安にしてください。開封したら必ず日付を書いておくようにしましょう。



一言メッセージ お薬手帳を活用されていますか？数冊持っている方は、薬局で1冊にまとめてもらい、病院や薬局に行く時には必ずお持ち下さい。

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