

出前講座報告書

実施日時	2023年9月12日 10:00~11:30	主催者名	薬の正しい使い方
講師名	高橋和希	会場名	浪岡中央公民館
テーマ	薬の正しい使い方		
参加人数	5人	報告者	高橋和希

【講座内容】

- 薬の服用時間の目安 ⇒ 食後、食前、食直前、食間、起床時、寝る前、頓服
- 薬はなぜ水と一緒に飲む ⇒ 水の量と薬の吸収の違い、食道潰瘍が起きる可能性
- 注意が必要な飲物 ⇒ グレープフルーツジュース、コーヒー・お茶、アルコール、牛乳
- 薬の形には意味がある ⇒ 素錠、フィルムコーティング錠・糖衣錠、腸溶錠、徐放錠
- 薬の使用期限 ⇒ 内服(2年程度、分包した薬は半年~1年、粉薬は半年~1年) 塗り薬(半年程度) 液剤(残っていたら処分) 坐薬(冷所保存2~3年)
- 目薬の使用方法 容器の先が、まつげやまぶたに触れない 1回1~2滴 2種類の場合5分間隔、順番に気を付ける コンタクト装着時に注意
- 湿布の種類、作用時間
 - ・第一世代 温シップ、冷シップ 第二世代 パップ剤、テープ剤
 - ・1日1回24時間持続(8~12時間貼付)、1日2回12時間持続(4~6時間貼付)
 - ・湿布の貼り方実演
- ポリファーマシー ⇒ 高齢になると薬の数が多くなる、薬の種類が多いと副作用も多くなる、お薬手帳の活用、血液検査の結果持参、かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師

【質問内容】

- 足のむくみは腎臓が悪い? ⇒ 腎臓や心臓、血管の閉塞など
- 食後の緑茶と薬は大丈夫か? ⇒ 大丈夫なものもあるし、注意しないといけないものもある。現在服用している薬と大丈夫か薬剤師に聞いてみる。
- 骨粗しょう症薬と朝の牛乳は大丈夫? ⇒ V.Dとは大丈夫。
- カプセルはひっかかった時カプセルを外せばダメ? ⇒ 大丈夫なものもあるので相談。
- リウマチ薬は強い? ⇒ 重篤な副作用が出る可能性がある薬。

<気づいたことや今後の教訓など> 高橋和希

参加者は少人数でしたが、いつものメンバーだったので、気軽に質問をしてくれて和やかな雰囲気だった。湿布や目薬など身近な薬の使い方についてだったので、メモをとりながら興味を持って聞いてくれた。今回、平尾薬剤師にも見学してもらったので、次回は講師を担って頂こうと考えている。

