

京都府女性薬剤師会会長 堀野明子

<http://www.kyojoyaku.com/>kyojoyaku@yahoo.co.jpblog.kyojoyaku.com/

URL・アドレスは 2019_11 より変更されています



京都府女性薬剤師会

会長 堀野明子

今年は桜の開花が例年より早く一気に満開になりました。新型コロナウイルス感染症の長いトンネルからやっと抜け、政府

はマスク着用の義務を 3 月 13 日で解除しました。感染症法上の位置づけは 5 月 8 日から「2 類」から「5 類」に引き下げることとなり、今後、医療提供体制を維持・強化しながらワクチン接種を進め、“ウィズコロナ”に舵を切ることとなりました。他方、医薬品の供給不安は続いています。薬局は今後の方向性として、健康相談、OTC、介護用品などを提供する「健康サポート機能」と「医療サービスの提供」の両方の機能を持っていなければならない、「薬剤師が販売または授与の目的で調剤の業務を行う場所」から「薬剤及び医薬品の適正な使用に必要な情報の提供を行う場所」になり、薬剤師が販売または授与の目的で調剤の業務並びに薬剤及び医薬品の適正な使用に必要な情報の提供及び薬学的知見に基づく指導の業務を行う場所に改定されています。2 年後には団塊の世代の後期高齢者が増加し、「健康サポート薬局になるにはどうすれば良い？」という課題に直面する中で、昨年、日本褥瘡学会が褥瘡・創傷専門薬剤師制度を創設しました。2024 年度に第 1 回目の試験を実施し、認定を開始する計画です。チーム医療の一員として薬剤師が褥瘡領域で力を発揮することが期待され、将来的に、褥瘡領域の専門医療機関連携薬局が実現するかもしれません。褥瘡・創傷専門薬剤師申請資格には認定褥瘡薬剤師(認定師)または在宅褥瘡予防・管理師の取得が条件ですが、褥瘡専門薬剤師を薬局薬剤師に求められています。

かかりつけ薬局のかかりつけ薬剤師の備えるべき要件の一つには研修認定制度等の研修認定を修得すること、医療人としての生涯研修が必須で、社会に貢献し続ける必要があります。

超高齢化社会に貢献できる褥瘡専門の薬剤師を目指してみませんか？2021 年に続き、今年は「フルタメソッド褥瘡ケア実技研修会」の第 2 弾を企画します。ぜひご参加ください。ご期待ください。

日本女性薬剤師会学術講演会に参加して

高井美穂

9 月 4 日(日)に開催された Web セミナー「AI 活用で自然災害に強い日本へ～すべてはつながる命のためへの行動変容～」では、クルーズ船～第 6 波までのコロナ禍の総括に留まらず、東日本大震災、西日本豪雨における薬剤師の活動報告に至るまで、①厚生労働省大臣官房審議官(医薬担当)山本史先生「最近の医薬行政」②木村情報技術株式会社代表取締役木村隆夫先生「災害時のために備えるべきデータ整備/AI 防災～AI でいったい何ができるのか～」③直和会平成立石病院副院長大桃丈知先生「災害の現場から～医療チームとしてのこれまでの経験と今後～」のご講演を拝聴しました。メタバースという新システムは、研修会や会議などの仮想空間にアバターで参加することにより、個人対個人の会話や名刺交換を可能にし、従来のオンラインツールの不便さを解消するという期待感がある一方、新ツール導入への予算確保や知識習得への不安感を感じました。また、災害列島である我が国の災害救命において、薬剤師は他職種連携と共に進歩し続ける AI 活用の必要性を痛感いたしました。

本会の常木雅美先生は
京都府薬事関係功労者知事表彰を受賞されました
ご功績を称え、謹んでお祝いを申し上げます

新入会員のご紹介

藤井雅子先生 中野多恵子先生

薬剤師による栄養指導
 ～知っ得！なっ得！Nutrition Therapy～
 (Zoom による Web 開催)
 令和 4.5.29



京都桂病院栄養科
 川手由香先生

聴講して 藤原美和

私は現在、調剤薬局に勤務しております。門前の医療機関は地域密着型の内科医院で、デイサービスも併設されています。患者様の多くは地元の高齢者の方々なので、投薬時は自然と会話も多くなります。定期薬のお薬の質問だけではなく、普段の生活面での質問、とりわけ食事内容の質問については日々受け答えをしております。私が患者様から受ける食事に関する質問のなかでも多いのは「糖尿病のお薬を初めて飲むのだけど、これからどういう食事をすればよいですか?」「なかなか HbA1c の数値が下がらないんです。食事内容がよくないのでしょうか?」といった内容のものです。そこで今回の研修のタイトルは「薬剤師がおこなう栄養指導」、これは早速勉強させていただかなくてはと研修会に申し込み、当日はパソコンの前で待機しておりました。

講師の川手由香先生のお話の「糖尿病ワンポイント指導」は 10 項目、それぞれ資料に基づいた明確なご説明があり、そのお話の中には、私が投薬時にお伝えしている栄養指導では不十分なものがあることが分かりました。そのひとつは「糖質制限の注意点」という項目です。やはり糖尿病薬を服用されている高齢の患者様については「低血糖状態」に陥ることが最も危険であるということを再確認しました。私も投薬時には「食べ過ぎないでくださいね」とお伝えしがちなのですが、「何を食べ過ぎてはいけないのか」「必要な栄養素、カロリーを摂取しなければどういった状態になるのか」の説明が不十分であったと反省しております。特に 80 歳以上の糖尿病患者様の中には、食事量も摂取カロリーもそれほど多くない場合がありますので、そのような患者様に

は HbA1c の数値の変動についてはあまり言及せず「栄養のあるものをよく噛んで召し上がってくださいね」とお伝えするのも正解のひとつかもしれないと感じました。

そして川手先生のもうひとつのお話「CKD たんぱく質とサルコペニア・フレイルを考える。筋肉を減らさない食事・食べ方とは?」ですが、CKD の患者様は体内からのリンの排泄には非常に苦労されている方が多く「なかなかリンの数値が下がらなくて」とお話しされます。それにとまって高リン血症の治療薬の変更もよくあります。そういった経緯もありますので、今回の川手先生の「加工食品に含まれるリン成分の処理方法について」の説明がとても参考になり、投薬時の栄養指導に役立てたいと思いました。また CKD の患者様のたんぱく質の摂取方法は、同時に糖尿病の患者様の栄養指導にもつながる内容であったと思います。たんぱく質の摂取について、投薬時の栄養指導の際には積極的に話ししていきたいと思いました。

今回 ZOOM 配信での研修参加でしたが、私のチャットでの質問「糖尿病の方の果物の摂取量」についても、川手先生から丁寧なご回答をいただく事ができました。次回より患者様には「果物は、一日当たり握りこぶし 1 つ分の大きさのものを限度によく噛んで召し上がってくださいね」とお伝えするつもりです。

糖尿病ワンポイント指導

- 食事の基本形を整える
- 食べる順番を工夫する
- 炭水化物の「単品食べ」は避ける
- 夜遅くなる夕食は夕方に軽食をとる
- 「夜型食」より「朝型食」にする
- 「噛ミング30(さんまる)」の推奨
⇒よく噛んで時間をかけて食べる
- 菓子パンはパンではなく、お菓子
- 間食がやめられない場合は乳製品や果物を…
- 糖質制限の注意: 糖質は 130g/日を必ず摂取
おかずを摂りすぎない
- 塩分の摂りすぎには要注意



Reference:

京都市保健福祉局健康増長寿のまち・京都推進室 健康福祉課 京・食ねっと

京都府女性薬剤師会 府民公開講座
 あなたの知らない漢方薬の世界 第 5 弾
 - 利尿剤・滋陰剤を考える -
 令和 4.7.31



大阪医科薬科大学
 臨床漢方薬学研究室
 芝野真喜雄先生

聴講して 森廣洋子

漢方のことばは意味が深く難解ですが、何度も繰り返し馴染んでくると少しずつイメージが出来上がってきます。まさに門前の小僧状態ですが、芝野先生の生薬の薬能(経験的な薬効)に注目すると漢方処方組み立てが症状に合わせてできていることが理解できるようになりつつあります。

今回は「水(スイ) - 津液(シンエキ)とは何か?」に始まり、「水」の代謝失調で生じた病理産物「痰飲」を利尿薬、化痰薬(ケタンヤク)で「水」のバランスと巡りを良くして体調改善に導く利尿剤を中心に学びました。

「痰」とは水の巡りを妨げるもの。「化痰」とは痰をつぶすもの。

代表的な利尿薬として沢瀉・茯苓・猪苓・白朮、化痰薬として半夏・桔梗・竹茹。

利尿剤、五苓散(喉は渇くが尿量減少)・猪苓湯(炎症のある排尿障害)・苓桂朮甘湯(めまい)。

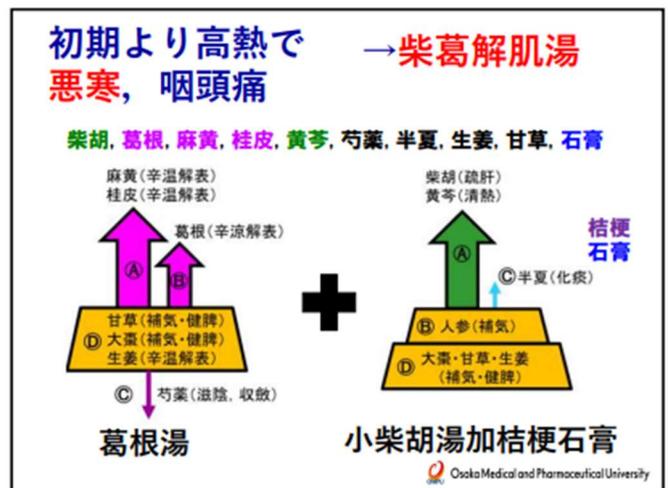
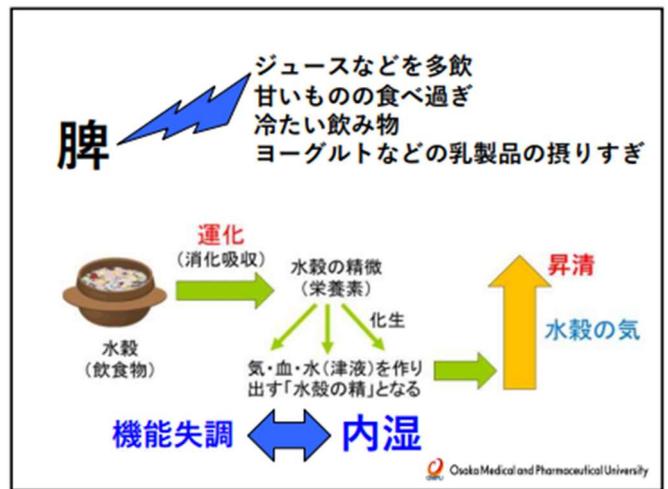
食品にも利尿の働きをする豆類やウリの仲間、化痰の働きのある昆布やわかめ。菊花茶は熱を取るとのお話もありました。この辺りは覚えよう!と頭を整理。

そもそも、なぜ水のバランスが悪くなるのか?冷たい飲み物、ジュースの多飲、甘いものの食べ過ぎ、乳製品の摂り過ぎによる「脾」の機能失調を先生は挙げています。至福の冷たいデザートは禁断のリンゴ?ほどほどなら良いと勝手に解釈して楽しみつつ、温かいものを心がけます。これは薬局で利尿剤が処方されている人や水分補給、食事のアドバイスにもすぐ使えそうです。

最後の話題は、コロナ感染症に使える漢方薬。喉

の痛みに「銀翹散(ぎんぎょうさん)」、咳が出てきたら「麻杏甘石湯」。これらは OTC で満量処方の製品があると紹介されました。寒気もある時は「柴葛解肌湯(さいかつげきとう)」=医療用エキス顆粒の「葛根湯+小柴胡湯+桔梗石膏」ですが、1日3回服用すると甘草量が4.0g/日になり注意が必要とのこと。

本日は猛暑(京都市の最高気温 37°C!)の中、またコロナ感染拡大で厳しい折、実り多い沢山のお話を、芝野先生ありがとうございました。次回も楽しみにしています。



副作用

甘草：偽アルドステロン症

甘草：1日量	副作用発生頻度
1g	0.5~1.7%
2g	1.7%
4g	3.3%
6g	10.3~11.8%

萬谷ら. 甘草の使用量と偽アルドステロン症頻度に関する文献的調査 日東医誌 kamp Med, 66(3), 197-202 (2015)

日本女性薬剤師会
 東海・近畿ブロック研修会
 薬剤師が学んでおきたいプライマリ・ケアにおけるトリアージ
 令和 4.10.23



大阪医科薬科大学病院
 総合診療科長
 鈴木富雄教授

参加して 藤井雅子

日本は急激な高齢化を内包し、身近にあり気軽に相談できる場所として地域の薬局は今までも増して期待されていると思います。来局時の患者さんのもとより顔なじみのない方の症状の急変時、どのように対応し、また医療機関に適切に報告し繋ぐべきかを具体的な症例とともに

1. 何がおこっているのでしょうか？
2. 何を尋ねたらよいのでしょうか？
3. 何をチェックしたらよいのでしょうか？
4. どのように指示をしたらよいのでしょうか？

バイタルサイン（脈拍、呼吸、体温、血圧、意識レベル）にもとづいてABCDEで評価する

- A（気道）発声・分泌物・舌根沈下評価
- B（呼吸）呼吸数、SPO2、胸郭の動き
- C（循環）血圧・脈拍数・皮膚温
- D（神経）意識状態・瞳孔・麻痺の評価
- E（体温・環境）発熱・低体温の評価、外傷の確認、環境評価と整備

その他のポイントとして

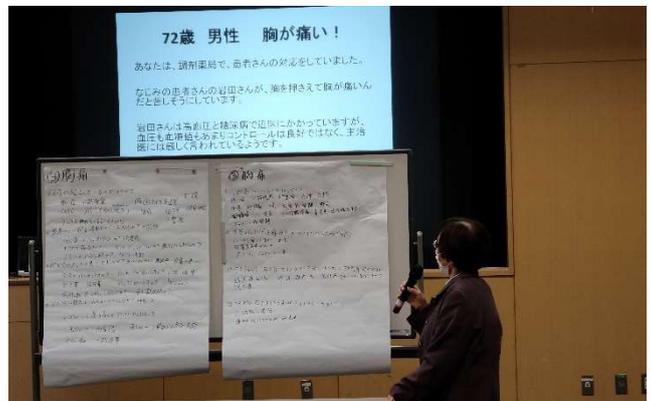
- 血圧計を用いない血圧の測定法
- 脱水の身体所見の有用性
- 意識障害と意識消失とは違う

等々についても教えていただきました。

今回はブレインストーミング形式の研修で、恐縮ながら私は初めての経験で、先生のお人柄と拝察しま

すが「そうですね」、「素晴らしい」等のお声がかけて興味深く楽しく研修をさせていただきました。

今後、薬剤師の一人としてお役に立ちたいと思います。ありがたくご報告させていただきます。



OPQRSTで考える

聞くべき項目	徴候⇒考えられる病態	
O Onset 発症	突然発症⇒心血管、消化管などの管腔臓器の疾患(裂ける・破ける・捻じれる・詰まる)	比較的急激に発症 ⇒ 胸膜炎・心膜炎などの急性感染症
P Palliative& Provocative 憎悪寛解因子	労作と関係⇒狭心症や心筋梗塞など冠血管主体の病変	呼吸や咳と関係⇒呼吸器病変または肋骨骨折などの胸郭病変
Q Quality&quantity 性質と程度	何か重いものが胸に乗っている息苦しさを狭心症や心筋梗塞など冠血管主体の病変	上から下へ引き裂かれるような経験したこのことのない激痛⇒大動脈解離
R Region&radiation 部位と広がり	前胸部(やや左側)⇒狭心症や心筋梗塞など冠血管主体の病変	背側で上から下へ引き裂かれるような移動する痛み⇒大動脈解離
S Associated symptom 随伴症状	冷や汗・嘔気⇒心筋梗塞・大動脈解離などの重篤な状態	呼吸困難⇒気胸・肺塞栓 喀血・吐血⇒肺塞栓・外傷・上部消化管疾患
T Time course 時間経過	数分から30分程度で消失⇒狭心症・心筋梗塞	突然の痛みがなくなり息苦しさが残る⇒気胸

京都府女性薬剤師会 府民公開講座
 こんなに怖い歯周病と全身との関係
 —健康のはじまりは健口から—
 令和 4.11.27



DUO デンタルクリニック
 大月基弘先生

聴講して 五端禎子

美味しいものを食べながら、家族に迷惑をかけずに、健康寿命を楽しく過ごしたいとは誰もが目指す理想でしょう。歯がなくなり、食べられなくなる前に、好きなものを食べておかなくてはと友人と話していた矢先でした、歯周病と全身との関係・歯の健康についての講演会を聴講させていただき、歯周病は治る病気ですと、教えていただきました。

口中（歯）の健康は、栄養摂取ができることで、健康長寿への第一歩なのです。

歯周病とは、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患で、歯の周りの歯ぐき（歯肉）や、歯を支える骨などが溶けてしまう病気です。

歯ぐきの中に入った歯周病菌から生体を守るために、Collagen タンパク分解が引き金となり、歯ぐきに対しては、再生を止めます。そして骨に対しては、破骨細胞が骨を破壊することで菌感染を防ぎます。歯槽骨は歯周病菌によって溶かされているのではなく、歯周病菌から逃げようとして自ら溶けているのです。

口の中には、およそ 700 種、プラーク（歯垢）1g 中に 1,000 億個もの口腔常在細菌が生息しているといわれています。プラーク中の細菌と生体防御機能とのバランスが崩れることにより発症・進行します。口内フローラは、個人によってそれぞれに決まっています。

7 人に 1 人が持っているといわれるロイテリ菌 [プロバイオティクス乳酸菌] は、口内では歯周病を抑え込み、また腸内では免疫細胞を活性化し感染症や風邪、そしてアトピー性皮膚炎やその他アレルギー一症状を低減することが報告されています。

心も体も健康的であれば、炎症が起きても防ぐ力が備わっています。適度な運動、質の良い睡眠、バランスの良い食事、ストレスの発散を心がけましょう。いい菌を持つために、菌と共生しなければならない。抗菌薬は耐性菌を作ります。口の中を綺麗にしていれば抗菌薬は要らないと、大月先生は言われました。

原因となるプラークを取り除き、口腔内から細菌を除去すれば必ず治りますとお教えました。歯科医院で歯ブラシのテクニックの指導を受け、1 日 2～3 回の歯磨きを正しく行います。歯ブラシと歯間ブラシですべての歯垢を除去することは難しいと思いますので、洗口液も利用したいと思います。歯科医院での定期健診では、落としきれなかった歯垢の除去を行っていただけますので大切だと思います。

最近では失われた歯槽骨や歯肉などを再生しようとする再生医療があります。従来歯周外科治療に再生を促す薬剤（リグロス、エムドゲイン）を塗布します。

歯周病原細菌は血中を循環するので、全身へ影響をもたらします。糖尿病、関節リウマチ、認知症、ガンなど全身の病気に関与していると、ご教示いただきました。

骨粗鬆症治療薬、特に注射薬使用は、抜歯、歯周外科治療ができないので、許されるなら、歯の治療を終えてから、骨粗しょう症の治療を始めてほしいとの見解を述べられました。

従来の歯周外科治療に再生を促す薬剤を塗布するだけ
 (リグロス®、エムドゲイン®)



上手な歯周病専門医にしてもらうと

- ・よく治る
- ・痛くない
- ・歯が以前よりも良い状況に

科研製薬 “リグロスを使用する歯周病治療を受ける患者さ/リーフレットより引用

2022 年度 スクーリング講座

令和 5.3.5

聴講して 森廣洋子

I 妊娠と医薬品についての考え方

京都府立医科大学医学研究科 女性生涯医科学
准教授 藁谷 深洋子 先生

薬物治療が必要な妊婦さんの安全を守るため医師は深く考慮されている。その考え方を理解し共有して患者さんに向き合うようにしたい。

そして最近増えていると先生が感じている精神疾患のある妊婦さんについて「薬よりも病気が妊婦、胎児に与える影響が大きく、治療を続けてうまくいくケースが多い。妊娠後にうつ病を発症したケースでは治療が遅れて胎児に影響することがある」と述べられた。薬局で妊婦さんの対面した時は精神面でも拠り所の一つになれるように対応できる人でありたいと思った。

最後に採り上げられた「妊婦に ARB 投与が行われた 2 症例」はとても衝撃的だった。39 歳初産で 36 週で経膈分娩、呼吸障害と腎機能障害のため新生児は 35 日で死亡。本人も周囲も 7 ヶ月妊娠に気づいていなかったのは ARB の影響で羊水が少なかったからだろうか？もう一例は不妊治療を受けていた 32 歳初産で 22 週まで ARB 服薬、約 27 週で緊急帝王切開、超低体重児ではあったが、早産児と変わりなく経過。この方は望んだ子に出会うことができ良かったものの、ARB・ACE は妊婦には禁忌と心に深く刻まれた。

II 薬剤師として知っておくべき頭痛

大阪医科薬科大学三島南病院 脳神経内科
頭痛専門医 木村 文治 先生

命に関わる頭痛ではないが、つらい片頭痛について特徴、対策、治療について述べられた。

片頭痛は遺伝しやすいが、QOL を悪化させない環境対策や有効な急性期治療、予防療法があることを理解し、頭痛に悩む人に助言、受診を勧めたい。

「No Medicine No Life—Life には 3 つの意味がある—生活、人生、命」背筋が伸びた。

QOL の L について浅薄な捉え方しかできていなかった。生活の先の人生、命そのもの、全部繋がっている。

III 心不全診察の現状と新しい心不全薬

三菱京都病院 心臓内科
横松 孝史 先生

心臓の手術のうち、TAVI の紹介があった。弁膜症で最近増加している「大動脈弁狭窄症」にカテーテルを使って、心臓を止めずに、心臓に人工弁を留置する治療法で、高齢や疾患があり手術困難な方への選択肢となる。身体への負担が少なく早期に社会復帰が可能で、TAVI 前後の歩く患者さんの動画の違いに驚いた。先生は「じっとしていて良くなる病気は世の中にはない」と早期離床、リハビリの重要性を説かれた。

高齢化に伴い心不全入院は増加、一旦発症したら治ることはなく慢性心不全に移行するので、治療目標は日常動作の維持と再入院の予防、心不全悪化の予防になる。

多職種の関わるチーム医療が患者さんの生きる意欲の支えになるように思えた。また退院後も地域連携が果たす役割が大きいと感じた。

新たな心不全治療薬、β 遮断剤+ARNI+MRA+SGLT2 阻害薬の 4 つの薬剤は Fantastic4 と総称され、早期導入により予後改善が期待されると。学んで、患者さんに向き合おうと思った。

京都府女性薬剤師会 2023 年度事業計画

5 月 7 日	Zoom 総会・研修会「健康食品・サプリメントについて保険薬剤師の取り組み」 一般社団法人 Life Happy Well (L.H.W) 薬剤師 武山和也先生
6 月 11 日	「フルタメソッド褥瘡ケア実技研修会」 褥瘡ケアセンター長 古田勝経先生
9 月及び 11 月	第 1、2 回 府民公開講座
2024 年 3 月上旬	薬剤師継続学習通信教育講座・スクーリング