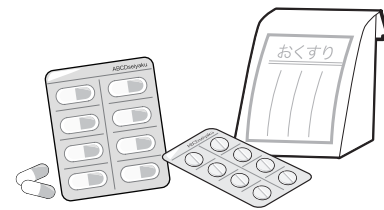


お薬 あまっていませんか？

薬局に相談してください



厚生労働省の推計では、残薬にかかる医療費が年間約 500 億円にのぼり、医療費の増加、治療効果の低下、健康被害リスクなどを引き起こし、社会的な課題となっています。

さいわい診療所では…

- 2週間以上の余りがある場合は院内の薬局に声をかけてください。家にある薬の日数をお知らせください。
- 薬がたくさんあって服薬管理が大変？！
 - ▶ 薬のケースやカレンダーの活用があります
 - ▶ 一包化して服用するタイミングの薬をひとまとめにできます（調剤に時間がかかるので後日取りに来ていただくか調剤薬局のご利用をおすすめしています）



子育て応援コラム

スギ花粉と舌下免疫療法



スギ花粉症はスギ花粉が原因となっておこるアレルギー疾患です。症状はくしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどで、日常生活の様々な場面で影響を及ぼします。治療は症状をおこす物質（ヒスタミンなど）の働きや局所の炎症を抑えて症状を和らげるものですが、他の治療法に舌下免疫療法があります。

舌下免疫療法は症状の原因となっているスギ花粉から作られた薬を1日1回舌の下に置く治療法で、症状を和らげ日常生活に与える影響を改善する効果があります。治療開始時期はスギ花粉が飛んでいる時期は体の反応性が過敏になっているため、花粉が飛んでいない6月～11月頃までに開始します。治療期間は少しずつ体に慣らすため、おおそ3～5年は治療を要します。

効果については個人差もありますが、治療開始から数ヶ月で効果が現れ始め治療を継続するにつれて効果が高まる傾向があります。詳細についてはお気軽にご相談下さい。

（小児科専門医 葛原真樹子）

費用の内訳

（3割負担の場合の目安）

- 初回の受診時（アレルギー検査含む）

初診料・検査料・薬剤費など
約 4,000 円～ 5,000 円

- 2回目以降の通院時（月1回）

診察料+月1回分の薬代
約 2,000 円～ 3,000 円

※処方医が限られているため、事前にご予約ください。また薬の入荷数によってはしばらくお待ちいただくこともあります。

健康豆知識

なぜ、血圧が高いとよくないの？

特に症状ないけど？なぜ？と思う方もいると思います。血圧とは血液が心臓から全身に送り出された時の血管の壁を押す力です。血管をお庭などで使用するホースで例えてお話しします。ホースに水圧を加え続けるとホースは固くなります。固いホースでは内側に水アカなどのゴミが付きやすくなったり、固い状態を放置すると、ホースがひび割れて、水が漏れたりします。血圧が高い状態が続くと血管で同じ様な事が起きてしまいます。そのため、急に脳卒中や心筋梗塞など重大な病気になってしまう可能性があります。

最近の研究で、脳卒中や心筋梗塞などを予測する方法として、病院で測る血圧より家庭で測る血圧の方が優れていることがわかっています。病院でも血圧を測定しますが、一時的に高い事や低い事もあるので、自宅に血圧計がある方は、是非、自宅で血圧を測ってみて下さい。

（看護師 横田 栄）

参考文献：高血圧治療ガイドライン解説冊子、NPO 法人日本血圧協会

Cafe 虹のテラス

開催のおしらせ

日時

10月31日（金）14：00～15：30
（13：45～受付）

場所

さいわい診療所1階 虹のテラス

内容

学習講演

健康寿命を延ばすための
栄養の上手なとりかた

講師

宮崎 ひとみ

（さいわい診療所 管理栄養士）

企画終了後はカフェタイムと医療・介護相談を行ないます。

※申し込みは不要です。どなたでもご参加できます。

お問合せ先

担当 山内（070-2154-7362）

虹の箱の投書より

ご意見

薬の準備中に何度もパソコンを確認しなくてもできるのではないですか？

（※分かりやすくするため表現を変えています）

お返事

私達院内の薬剤師は、患者さんごとに看護師の問診や医師の判断が活かされた処方内容になっているか、薬の変更理由や効果、副作用、肝臓・腎機能検査の結果等をカルテで確認し、この量が適正かどうかをチェックしています。また他院からの情報提供書の処方内容の鑑別や薬手帳から相互作用・同じ成分の重複がないかのチェックを行っています。医師の業務と重複する点はありませんが、薬剤の専門家の視点で医師をサポートすることは医療安全上とても大事な業務となっています。処方内容によっては医師へ進言（疑義照会）することもあるため多少お時間をいただくこともあるかもしれません。何卒、ご理解ご協力をよろしくお願いします。

さいわい診療所 薬局

お詫びと訂正

2022年8月にさいわいだよりに掲載した内容で「長いもやオクラなどのネバネバ成分の『ムチン』で」と表記しておりましたが、ムチンは動物性の物質で植物には存在しないことが分かりました。つきましては記述に誤りがあったことをお詫び申し上げます。