



ひなた薬局 薬剤師 長沼 寿志

薬剤師による在宅訪問での健康サポート くかかりつけ薬剤師・薬局を持ちましょう

**調剤薬局の在宅医療への
取り組みは高齢化に伴い
病院通いも困難に**

令和4年9月15日現在、全国の65歳以上の高齢者の割合が29%を占めるようになって、まさに超高齢化社会へ突入しています。加齢に伴い、体が不自由になって思うように動けない、独居のため車もなく移動手段がないなどの理由により、病院に通うことが難しく、体調が悪いのにも関わらず、なかなか診察を受けることができないといった問題も出ています。

そのため、一部の薬局では、患者さんのご自宅へ訪問し、お薬のお届けや服薬管理などを行っています。ご自宅に居ながら、お薬の説明や服薬の支援を受けることができます。

薬局が行っている服薬支援

薬局では、医師が発行した処方箋を元にお薬を作っています。そのお

薬が正しく使われるように、患者さんへのさまざまなサポートを行っています。

**たくさんのお薬、
正しく飲めていますか？**

加齢に伴い、だんだんと身体の調子が悪くなり、持病も増えてきます。そうすると何種類もお薬が処方されるようになり、中には一度に10個以上のお薬を飲んでいく方もおられます。

使うお薬が多くなると、飲み忘れや飲み間違い、飲み過ぎなど、本来の使い方とは間違った使い方をしてしまう事があります。正しく薬を使えないと治療効果が上がりず、病気がよくなりません。

それどころか、逆にお薬による悪い作用である「副作用」が出てしまうこともあります。



調剤の工夫『一包化』

お薬を、間違えて服用しないようにするために、「一包化」というサービスを行っています。一包化とは、機械を使って、1回に飲むお薬を一つの袋にまとめて作ることを言います。一包化をすることにより、たくさんのお薬をセットする煩雑な作業がたった1袋のお薬を飲むだけになるので、お薬の管理の負担を大きく軽減することができます。

飲み込めない錠剤を粉状に

うまく物を飲み込めずに気管の方に入り込んでしまい、むせてしまった、のどに詰まらせてしまった経験はありませんか。原因は加齢とともに物を飲み込む力が衰えてしまうことにあります。

飲み込む力の衰えは、誤嚥性肺炎の原因にもなります。誤嚥性肺炎になってしまうと予後も悪く、令和3

年の死亡原因の6位にもなったような病気であり、無視できない病気の一つです。

飲み込む力が衰え、錠剤のままでの服用が難しい患者さんには錠剤のお薬を粉砕し、粉状に加工して、服用を容易にできるようにしています。

**飲み忘れの防止に
服薬カレンダーや
袋への印字を活用しよう**

お薬のセットも患者さんに代わり、薬剤師が行います。

お薬の飲み忘れを防ぐために、服薬カレンダーというものを使用しています。このカレンダーは壁掛けにすることが可能で、一週間分のお薬をセットすることができます。そうする事により、飲む薬が一目で分かるようになります。

また、袋への印字も大きな文字に変更することで、視力の衰えた方にも見やすくなるようにしています。

お薬を飲んだかどうか分からなくなってしまうないように、袋へ日付や曜日を入れることも可能です。いつ飲む薬が残っているのかが分かるので、飲みすぎ・飲み忘れ防止に役立ちます。

医師や看護師などの
多職種との連携

患者さんのケアには医師をはじめ、訪問看護師、介護ヘルパー、ケアマネージャーなどさまざまな職種の方が関わっています。患者さんを取り巻く多職種の方々と連携し、その日の体調をチェックし、服薬状況を確認します。また、特に注意が必要なお薬であれば、接する機会の特に多い看護師や、ヘルパーの方が注意を促し、気にかけてもらうことで副作用の早期発見にもつながります。

このような多職種の方々と連携し、つながりを持つことで、個々に合わせたよりきめ細やかなサービスを患者さんは受ける事ができます。

緊急時に訪問

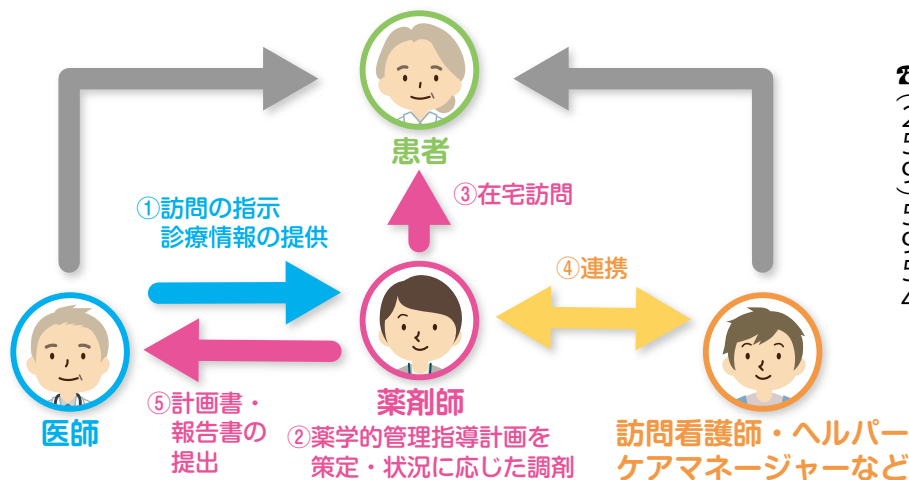
在宅医療を受けている患者さんは常に状態が安定しているわけではありません。医療機関の空いていない休日や夜遅くに状態が急変してしまうことがあります。急に痛みが激しくなったり、呼吸が苦しくなったりなど、早急にお薬が必要になることもあります。そのような急な病変時に対応するため、一部の薬局では24時間対応が可能な体制をとおり、患者さんが安心して過ごせるようにサポートしています。

お薬でお困りのことは
お近くの薬局薬剤師へ

「訪問診療を受けたいけど、どこに相談したらいいのか分からない」「薬の管理が大変だけど、何かよい方法はないの?」など何かお困りごとがございましたら、お近くの薬局薬剤師まで気兼ねなくご相談ください。

問 厚木薬剤師会

☎(259)5954



診療所だより



お酒について

清川村の皆さん、こんにちは。寒い日が続きますね。師走に入り、これから年末年始はコロナ禍とはいえ、お酒を飲む機会も多くなるのではないのでしょうか。また、今現在もステイホームの影響で、お酒を常時飲んでいる方、量が増えてしまった方もいるかと思います。

日々皆さんの診療をさせていただき、お酒について質問すると、皆さんでよく飲まれているな(笑)と感じます。お酒の量が適切な量で収まっている間はよいのですが、その量を超えるとさまざまな疾患に悪影響を及ぼします。また、自分では気が付かないうちに依存していることもあります。

その量とは1日平均、純アルコールで20グラム程度の飲酒で、ビール中ビン1本、日本酒1合に相当します。高齢者ではこれよりさらに少ない量が推奨されています。なぜかという、年齢とともにアルコールの代謝が低下しており、少ない量でも体に悪影響を与えていることがあります。飲酒により血圧は高くなるのが分かっており、毎日お酒を飲む場合は1合以上で認知症のリスク、3合以上でがん(特に食道がん)、肝障害、脳梗塞や冠動脈疾患(狭心症、心筋梗塞)のリスク、認知症、痛風、また摂取量が多ければ多いほど脳内出血やくも膜下出血のリスクが高くなるのが分かっています。

お酒の量を減らすには具体的にどうしたらよいでしょうか。社会的活動や仕事の継続など、生きがいのある生活が健康寿命を延ばすといわれています。これから寒くなり、ますます自宅での生活が長くなる季節ではありますが、メリハリのある生活リズムを維持し、節度ある適度な飲酒を心がけたいものがあります。

問 県立煤ヶ谷診療所 ☎(288)1352