

あなたのくすりと健康

- 「献血」を妨げる思わぬ伏兵「貧血」について
..... 湘南藤沢徳洲会病院 薬剤部 長田 明浩
- 花粉症の舌下免疫療法について
..... 湘南鎌倉総合病院 薬剤部 中村 雅敏
- 薬と上手に付き合うために大切な、5つのタイミング
..... 横浜市立大学附属市民総合医療センター 医療の質・安全管理部 勝亦 秀樹

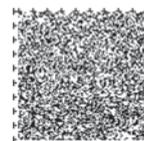


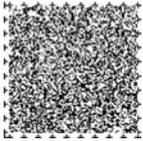
くすり Get the Answers かながわ 推進委員会

神奈川県看護協会では、県民の健康促進を目的に「まちの保健室」を定期的で開催しています。今回のイベントでは、看護師による血圧測定や健康相談のほか、歯科衛生士による指導・相談も実施されました。また、神奈川県病院薬剤師会も連携事業として、正しい薬の知識を提供するために薬剤師による「おくすり相談」を開催しました。

(会場：神奈川県総合医療会館 開催日：2024年12月4日)

私たちは、市民の方々を対象に医薬品や健康に関する正しい知識の普及と啓発を目的とし、この小冊子を発行しています。小冊子には、音声コードが印刷されています。音声読みあげアプリ「Uni-Voice」と活字文書読みあげ装置の両方で使用できますので、ご活用いただければ幸いです。





「献血」を妨げる思わぬ伏兵「貧血」について

湘南藤沢徳洲会病院 薬剤部 長田 明浩

「よし献血しよう!」。街中で献血車を見かけた際に、そう思ってくださいる方はどの程度いらっしゃいますでしょうか。

新型コロナウイルス感染症の流行を契機に、神奈川県内の血液供給量が急増し、令和3年度以降、採血量と供給量が逆転してしまっています(令和5年度は946.4L相当不足)。

病院で治療中の患者さんに必要な血液をお届けするため、皆さまの献血のご協力が必要です。

ここで、あらためて献血が必要な理由を確認したいと思います。



「献血が必要な理由は?」神奈川県赤十字血液センターより

- ①人工的に作れない
「献血」でたくさんの人から血液を集めるしかないのです。
- ②長期間保存が出来ない
いつでも患者さんに血液が届けられるように、毎日新しい血液を確保する必要があります。
- ③神奈川県内で輸血を受けている患者数は1日900人
毎日、こんなに多くの患者さんが血液を必要としています。
- ④がん治療で多く使われる
現在多くはがん治療で使われています(約34%)。国民の2人に1人が、がんに罹患するといわれている現代では、「献血」による輸血はとても重要な役割を果たしています。

先日、私が献血をしていた際に感じたのは、**せっかく献血に来て下さったのに「貧血で献血が出来ない」**方が思っていた以上に多いということです。献血車にいらした日本赤十字社の看護師さんに伺うと、特に女性の方で「貧血」を理由に断られてしまう方が多いそうです。

「貧血」は献血が出来ないこと以外にも、息切れや疲れやすいなどの症状による日常生活への支障や、高齢者では心不全を起こすリスクが増えるなどのデメリットがあります。

「貧血」は食事での栄養療法以外に、病院やクリニックで鉄剤や葉酸、ビタミンB12などあなたの体に合った薬を医師に処方してもらうことや、お近くの薬局でサプリメントを購入し摂取することで改善を図ることが出来ます。薬での治療やサプリメントの摂取などを希望される場合は、お近くの薬剤師にぜひご相談下さい。

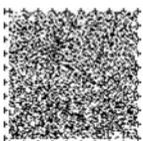
「献血」による輸血でしか救えない命があります。自身の健康増進のためにも「貧血」を治し、元気になって「献血」に来て下さる方が増えてくれることを心待ちにしております。

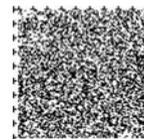


神奈川県赤十字血液センターホームページ
(<https://www.bs.jrc.or.jp/ktk/kanagawa/index.html>)
県内の献血実施情報・キャンペーンなどが掲載されています。これらの情報を参考に、ぜひ献血に協力してみませんか?

ハートラちゃん

「日本赤十字社」のさまざまな活動をたくさんの人に知ってもらい、参加してもらうために登場したキャラクター





花粉症の舌下免疫療法について

湘南鎌倉総合病院 薬剤部 中村 雅敏

花粉症は、スギやヒノキなどの花粉が原因で起こるアレルギー疾患です。くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなどの症状が現れ、日常生活に大きな影響を及ぼします。従来の治療では抗ヒスタミン薬や点鼻薬が一般的ですが、根本的な治療法として舌下（ぜっか）免疫療法が注目されています。

舌下免疫療法とは？

舌下免疫療法は、アレルギーの原因となる物質（アレルゲン）を少量ずつ体内に取り入れ、免疫を慣れさせることでアレルギー症状を軽減する治療法です。スギ花粉症の場合、スギ花粉エキスを含む薬を舌の下に置き、1分間保持した後に飲み込むという方法で行います。



舌下免疫療法

	時期	飛散開始1～2週間前	飛散中	飛散終了	飛散終了～次回飛散前
治療内容					
予防行動			←→		
対症療法(経口薬や鼻噴霧薬、点眼薬)	←→	←→	←→	←→	
アレルゲン免疫療法の開始					←→

※服用開始後は、毎日投薬します。

■:最も必要な時期

■:実施を考える時期

治療の特徴

- 根本的な体質改善が期待できる
長期間継続することで、花粉症の症状を軽減または消失させる可能性があります。
- 自宅で服用可能
毎日1回、自宅で服用できるため、通院の負担が少なく続けやすいです。
- 治療期間は3～5年
効果を得るためには長期間の継続が必要ですが、根本治療を目指せます。

治療を受けるには？

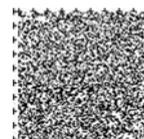
舌下免疫療法は、**12歳以上**のスギ花粉症患者が対象で、花粉の飛散していない時期（6～12月）に治療を開始します。まずはアレルギー検査を行い、適応があるか確認したうえで治療を始めます。

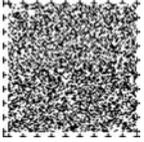
注意点

- 初回は医療機関で服用し、副作用がないか確認します。
- 口の中のかゆみや腫れ、軽度のアレルギー反応が出ることがあります。
- 即時型アレルギー反応（アナフィラキシー）のリスクがあるため、自己判断で中断せず、医師の指示に従いましょう。

舌下免疫療法は、花粉症の根本治療を目指す有効な方法の一つです。興味がある方は、医師・薬剤師に相談してみましょう。

政府広報オンライン (<https://www.gov-online.go.jp/>) より引用・抜粋
アレルギーポータルサイト (<https://allergyportal.jp/>) より引用・抜粋





薬と上手に付き合うために大切な、5つのタイミング

横浜市立大学附属市民総合医療センター 医療の質・安全管理部 勝亦 秀樹

薬は人体に取り込まれ、疾患や症状等に対して、効果を示すものです。しかし本来、薬も人体にとっては「異物」であり、望ましくない効果が現れることがあります。だからこそ、「必要な薬を、正しく使用」することが大切です。しかし残念なことに、不適切な薬の使用により、患者の健康が脅かされる事象が、世界中で多く報告されています。

このような状況を鑑み、WHO（世界保健機関）は、患者や介護者が使用中の薬に対する関心を高め、医療者とともにより有効かつ安全に薬を使用できるよう、「くすりを安全に使うために意識する5つのタイミング」を作成しています（下記の図：WHOの資料をもとに、日本病院薬剤師会が作成）。



日本病院薬剤師会>9月17日は「世界患者安全の日」です（令和5年8月31日）
(<https://www.jshp.or.jp/content/2023/0831-7.html>) より引用・一部抜粋

薬と上手に付き合うためには、患者・介護者と医療者の協力が不可欠です。5つのタイミングの内容を参考に、ぜひ安全な薬の使用に向けた行動を意識してみませんか？

編集後記

活躍する薬剤師の活動を紹介しています。今後も様々な事業を企画してまいります。

《発行》 公益社団法人 神奈川県病院薬剤師会 GTA 委員会
〒235-0007 横浜市磯子区西町 14-11 神奈川県総合薬事保健センター 4 階
ホームページ <https://www.kshp.jp/>

