

徳山薬剤師会だより

平成26年
6月
第3号

発行元:(一社)徳山薬剤師会 〒745-0822 周南市孝田町7-1 TEL.0834-39-1105 FAX.0834-39-1106

『くすりのはなし』出前講座

徳山薬剤師会では、「くすりのはなし」の出前講座(無料)を各地区で実施しています。

「くすり」は、正しく使用するからこそ効果が現れ、不適切な使用や自己流の使用は思いがけない支障が現れたり、症状を悪化させることがあります。

「くすり」についての疑問や質問を、薬剤師がわかりやすく説明をします。

講演後は皆様に説明したことが理解していただけたかどうか、楽しい「くすりのおさらいクイズ」も実施し好評を頂いております。

講座についてのお申し込みは、徳山薬剤師会事務局

TEL 0834-39-1105 までご連絡下さい。

少人数でもお気軽にご利用ください。

案内は徳山薬剤師会ホームページにも掲載しております。

<http://www.tokuyaku.jp/>

ちびっこ調剤薬局

～白衣を着て薬剤師を体験しよう～

昨年の11/23(土・祝日)、「第4回こどもっちゃ!商店街」にて、徳山薬剤師会より恒例の「ちびっこ調剤薬局」を開催しました。

当日、歩行者天国となった商店街では、様々な職業体験ブースや、こども通貨を使ったショッピングを楽しめるブースが企画されていました。その中でも「ちびっこ調剤薬局」は、例年同様大盛況で、200人近いお子さんに参加していただきました。子供サイズの白衣を羽織り、アニメキャラの薬袋に自分の名前を書き、お薬にみたてた「ラムネ」と「こんぺいとう」を自動分包機で分包しました。スタンプを押してできあがると、写真をとったり、親御さんに報告したり、目をまるくさせて笑顔がこぼれ、満足してくれているようでした。



くすり教室出前講座メニュー

(知っていますか?「くすりのこと」シリーズ)

No	内 容	時間
1	くすりの型・種類の特徴と作用の仕方	30分
2	からだの中で、くすりが作用し効果を現す仕組み	15分
3	副作用の発現する原因 ・前ぶれの(初期)症状・軽い副作用、重い副作用 ・高齢者に発生しやすい副作用 ・医薬品副作用救済制度 ・副作用の原因薬の見つけ方	30分
4	くすり(内服薬、外用薬[塗り薬、点眼薬、貼り薬など])の適正使用 ・くすりが「効く(吸収、分布、代謝、排泄)」仕組み	60分
5	くすりの飲み方の注意 ・投与期間・使用期限・保管方法 ・飲み間違いの発生する原因 ・飲み忘れの発生する原因・飲み残しの対処方法	30分
6	くすりの飲み合わせ ・くすりとくすり・くすりと食物・健康食品など ・セント・ジョーンズ・ワートとは?	15分
7	副作用の発生を少なくするための工夫	30分
8	健康食品・サプリメント ・健康食品を選ぶ前の注意 ・健康食品を使用するときの注意 ・健康食品と医薬品の飲み合わせの注意	30分
9	ジェネリック医薬品 ・ジェネリック医薬品の変更の仕方 ・ジェネリック医薬品と呼ばれる理由	30分
10	医療用医薬品と市販薬(OTC) ・市販薬の分類(要指導、1類、2類、3類)表示 ・市販薬購入時の注意	15分
11	高齢者の問題点	15分
12	くすり手帳を常時携帯することのメリット	15分
13	かかりつけ薬局とうまく相談する	15分
14	セルフメディケーション	15分
15	インフルエンザ・ノロウイルス(感染性胃腸炎)の予防法 ・インフルエンザ・ノロウイルス(感染性胃腸炎)の特徴 ・正しい手洗い・うがい・正しい消毒薬の使い方	30分
16	症例による特に注意の必要なくすり ①ワーファリン	30分
17	症例による特に注意の必要なくすり ②インスリン	30分
18	症例による特に注意の必要なくすり ③睡眠薬	15分

*くすりについて理解していただけたかどうかを確認するため、「おさらいクイズ!」を実施いたします。

*皆様に分かりやすい講演を継続するため、アンケートにもご協力をお願い致します。

違法(脱法)ドラッグってなに？

「合法と言われているものは安全」「法規制されていないものだと言われた」一実は、すべて「違法」です。「合法ドラッグ」「脱法ハーブ」などと称して販売されるため、あたかも身体影響がなく、安全であるかのように誤解されていますが、大麻や麻薬、覚せい剤などと同じ成分が含まれており、大変危険で違法なドラッグです。

合法ドラッグ **脱法ハーブ** **X**

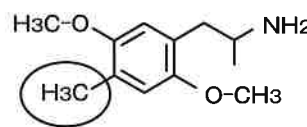
これらの名称は、違法な販売者が勝手につけたものです。

本当は **全部危険な薬物!!**

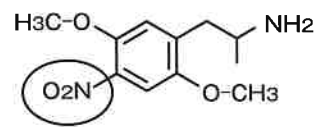
何が危険なの？

違法(脱法)ドラッグには、既に規制されている麻薬や覚せい剤の化学構造を少しだけ変えた物質が含まれており、体への影響は麻薬や覚せい剤と変わりません。それどころか、麻薬や覚せい剤より危険な成分が含まれていることもあります。

実際はどんな危険性があるのか、わからないのです。



麻薬 **DOM**
(2,5-ジメチル-4-メチルアンフェタン)

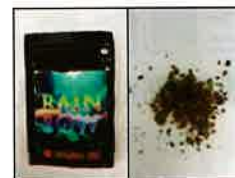


脱法ドラッグ **DON**
(2,5-ジメチル-4-ニトロアンフェタン)

用途を偽って売られています

違法(脱法)ドラッグは、法の網をくぐりぬけるために「お香」「バスソルト」「ハーブ」「アロマ」など、一見ただけでは人体摂取用と思われないよう目的を偽装して販売されています。色や形状も様々で、粉末・液体・乾燥植物など、見た目ではわからないように巧妙に作られています。

デザインされたパッケージやカラフルな液体は、危険な薬物に見えないため、キレイ、カッコいいという印象を持ってしまいますが、中身は売っているほうもわからない恐ろしい薬物です。「合法」や「安全」という言葉を信用してはいけません。



「ハーブ」



「アロマ」



「お香」



「バスソルト」

「脱法ハーブ」も麻薬・覚せい剤と同様、危険な薬物です

「脱法ハーブ」は、乾燥植物に、大麻に似た作用を持つ薬物(合成カンナビノイド)を混ぜ込んで造ったものです。大麻などの規制薬物よりも毒性が高い可能性があるほか、商品によって含有量が異なるため、体に及ぼす影響がわからず大変危険です。料理で使う「ハーブ」やポプリ(芳香剤)ではありませんので、だまされないようにしましょう。

化学物質
(合成カンナビノイド)

平成26年4月1日より指定薬物の所持・使用等が禁止になります

合法ハーブ等と称して販売される薬物（いわゆる脱法ドラッグ）対策として、脱法ドラッグに含まれる成分のうち、幻覚等の作用を有し、使用した場合に健康被害が発生するおそれのある物質を、薬事法に基づき厚生労働大臣が「指定薬物」として、これまで1,300物質以上を指定し、規制を行ってきました。

薬事法により、指定薬物の輸入、製造、販売、授与、販売若しくは授与目的での貯蔵又は陳列については禁止されていましたが、所持、使用等について特段の規制がなく、指定薬物を含む脱法ドラッグを安易に入手し使用する事例が数多く報告され、急性毒性や「依存症候群」等の精神症状を発現した事例、交通事故等による他者への危害事例が頻発しています。

このような状況に対応し、新たな乱用薬物の根絶を図るため、指定薬物の輸入、製造、販売等に加え、所持、使用、購入、譲り受けについても禁止することになりました。

違反した場合、3年以下の懲役又は300万円以下の罰金又はこれらが併科されます。

「合法ハーブ」と称する薬物(違法ドラッグ)について

覚醒剤・大麻に化学構造を似せて作られた物質などが添加されたもので、どんな影響が身体にでるかかわからず、乱用による健康被害が発生しており、大変危険です。

※麻薬等の乱用につながるゲートウェイドラッグ（入門薬）となるおそれがあります。

「脱法ドラッグ」は、「ハーブ」、「お香」、「芳香剤」などと用途を偽装したり、「合法ドラッグ」、「合法ハーブ」などと称したりして販売されていますが、何がどれだけ入っているか分かりません。

使用した際に何が起こるか分かりません。呼吸困難を起こしたり、死亡したりすることがあります。また、異常行動を起こして他人に危害を加えたりすることもあります。

形を変えたように見せかけているだけです。「ダメされないように!!」

普及啓発活動

県では、青少年に重点を置いた啓発活動を積極的に実施しており、警察署及び薬物乱用防止指導員と連携し、大学、高校、中学校、小学校で薬物乱用防止教室を開催しています。



健康寿命を延ばす市民運動

周南市健康増進課 ☎ 0834-22-8553

しゅうなんスマートライフチャレンジ始動!

■『しゅうなんスマートライフチャレンジ』は、周南市健康づくり計画に基づき、市民の皆さんが生活習慣を改善し、**健康寿命を延ばす**ことを目的としています。地域・企業・関係団体などと連携して、健康を支援する環境づくりを強化していきます。

周南市では現在、5つのチャレンジを推進しています。

① チャレンジウォーキング

3か月間、好きな場所を歩いて歩数を記録し、目標の達成を目指します。

※一斉チャレンジは**10月開始予定**

② 歩こう! 階段チャレンジ

健康づくり推進に賛同する団体や企業などがポスターなどを貼り、身近な運動器具である階段の利用を勧めます。

③ サンサンチャレンジ

3か月間、体重を記録し、3kgの減量を目指します。

※一斉チャレンジは**7月開始**

④ 禁煙チャレンジ

3か月間で、禁煙の達成を目指します。

※一斉チャレンジは**8月開始予定**

⑤ デビュー友検診

初めて、市のがん検診を受ける人と誘った人両方に特典があります。

家族や友人、同僚に声掛けして、一緒に検診デビューしましょう。

■みんなで一斉チャレンジ

①③④のチャレンジは、指定の期間にみんなで**一斉にチャレンジ**することでやる気も成功率もアップ!

■いつでもチャレンジ

指定の期間外でも、チャレンジしようと思った時、あなたのペースに合わせて**いつでもチャレンジ**できます。

(資料はいつでもダウンロード可)

※詳しくは健康増進課ホームページ等でご確認ください。申込期間には、**チラシ**や**申込書**を保健センター、総合支所、支所等に配置しています。



協賛企業・事業所募集中!

ポスターやチラシなどの掲示や配布、従業員とその家族などへのチャレンジ参加啓発にご協力いただける企業、店舗、施設、団体等を募集しています。(協賛企業等の名称は市広報・ホームページ、各種チラシに掲載)

詳しくは、健康増進課へお問い合わせください。