今だからこそ賢く頼ろう！

巻頭特集

薬局・薬剤師

“ふだん使い”のススメ

医療機関で処方される「院外処方せん」をもとに、薬を受け取る場である薬局。実は、単に薬を提供するだけではなく、私たちの健康を支えるためのさまざまな役目を担っています。意外と知らない薬局と薬剤師の役割について取材しました。

地域の健康を支える薬局・薬剤師の仕事

三条市・燕市・加茂市・田上町・弥彦村エリア内の薬剤師が在籍する〈一般社団法人 県央薬剤師会〉。地域の薬局薬剤師・病院薬剤師で構成され、薬に関する正確な情報の普及に努めています。また、特徴として三条市の〈県央医師会応急診療所〉に派遣する薬剤師の調整も行っています。

薬局とは、医療機関を受診したときに医師の処方に基づいて必要な医薬品を揃え、患者に提供する「調剤」を行い、一般用医薬品や衛生用品などを販売する施設のこと。以前は医療機関内で調剤を行う「院内処方」が中心でしたが、現在は医療機関外の薬局で「院外処方せん」に基づいて薬を受け取る「院外処方」が主流に。薬剤師は専門知識をもとに、患者一人ひとりの「薬歴（薬に関するカルテ）」を作成。薬の飲み合わせや副作用の有無などを確認しながら、安全に薬を服用するための指導やアドバイスも行います。

〈県央薬剤師会〉の会長を務める長澤吉明さんは「私たちの役割は地域の皆さんの健康を守ること」と語ります。「話しやすい雰囲気とわかりやすい説明を心掛けています。患者さんとの何気ない会話から、問診の場面で医師に伝え忘れたことや言いづらかったことを相談されることもあります。そこで出てきた新たな情報によって薬の処方が変わる場合もあるため、何かあったら」との人に聞きたい、と思われる雰囲気づくりを大切にしています」。

学校現場でも奮闘！広がる活躍の場

薬剤師の仕事は、実は薬局内だけにとどまりません。これまで薬局内で完結していた薬剤師業務が変わり始めていると長澤さんは語ります。「現在、自らの健康に責任を持ち、軽い不調は自身で手当し健康管理をすすめる。セルフメディケーション」が国全体で推進されています。薬剤師側も、患者さんの体調把握のために声掛けを行ったり、一般向けの健康セミナーや行政主催のイベントで簡易検査を行ったりと、皆さんが自分自身の健康に関心を持てるような取り組みに力を入れており、状況によっては医師への受診勧奨も行います」。参加者からは「勉強になった」「これを機に医師に相談したい」などの声が寄せられ、生活習慣と健康状態の見直しや気づきにつながっているそう。

◀燕南小学校で行われた学校薬剤師による薬物乱用防止教室のコマ。未来めざす子どもたちの健康への願いが詰まった講座です。

近年では、在宅医療にも深くかかわり、薬剤師が医師やケアマネージャー等と連携しながら、患者を直接訪問して服薬指導を行うケースも増加。また、意外と知られていないのが“学校薬剤師”の存在です。学校薬剤師とは、子ども園、幼稚園、小・中・高校に1名ずつ配置され、環境衛生管理と薬品類の管理、健康相談・保険指導などを行う専門職。理科室や保健室の薬品類の使用状況の管理や、アレルギーを持っている生徒の常備薬の把握、教職員への周知徹底、さらに教室の照度や湿度、換気状況、飲料水やプールの水質、害虫検査など、その業務は多岐にわたります。昨今では換気や消毒について学校現場からの相談も増加しており、学校と連携を取りながら子どもたちが健康的な学校生活を送れるよう力を尽くしてくれる存在です。

〈県央薬剤師会〉で学校薬剤師部長を務める小島秀子さんは、各校への学校薬剤師の派遣・配置も担当しています。「学校薬剤師は通常の薬剤師業務と兼任することがほとんどで、1人で複数校を担当する場合も珍しくありません。感染症対策に関する相談も多く、問合せの際にすぐに対応できるよう学校近くに勤務・居住する薬剤師を配置しています」。

そんな小島さんが10年以上力を入れているのが、義務教育課程で定められている薬に関する授業と薬物乱用防止教室。「セルフメディケーションの推進に伴い、薬を正しく服用するための教育は必須です。タバコ・酒・薬物については、知識がないまま興味が先行し、周囲に流されて手にとる場合が多く、その第一歩をいかに踏ませないかが重要です。仕事柄、依存に苦しんでいる方の姿を多く見ているので、小学生のうちから正しい知識を身につけてほしいと思っています」。未来ある子どもたちの健やかな成長を願って、小島さんは学校薬剤師にしかできない教育を続けています。

今だからこそ活用したい「かかりつけ薬剤師」とは？

何かと体調が気になる今、注目されているのが2016年から始まった新制度「かかりつけ薬剤師」です。薬剤師が服用中の薬の情報を一元管理する制度で、患者側が特定の薬剤師を指名することで、毎回同じ薬剤師が専属パートナーとして対応してくれるというもの。処方薬・市販薬を問わず自分が服用している薬を一人の薬剤師が把握してくれることで、不適切な飲み合わせを防ぎ、より効果的な薬物療法を行えるというメリットがあります。「特に活用してほしいのは、複数の医療機関から薬を処方されている方、アレルギーがある方です。とはいえ、かかりつけ薬剤師の認定を受けていない薬剤師であってもその役割は十分担うことができます。まずは相談しやすいと感じる薬剤師に気軽に相談してみてください」。

薬局・薬剤師について「ぜひ〝ふだん使い〟してもらいたい」と長澤さんは力強く語ります。「自分の体調がいつもとちょっと違うな、おかしいな、というときに、医療機関を受診する前の段階で薬局に相談してみよう……そう思ってもらえる関係が理想です。まずは身近な薬局やドラッグストアで薬剤師に聞いてみる。そんな選択肢があるということをもっと多くの方に知ってほしいです」。

少子高齢化社会とコロナ禍のなかにあって、薬局は地域の健康を支え、包括的なケアを行う場として重要性を増しています。薬局、薬剤師は健康についてのちょっとした不安や疑問に答えてくれる確かなパートナー。自身や家族の健康を守るためにも、あなただけの頼れる薬局や薬剤師を探してみてください。

県央薬剤師会 会長
長澤 吉明さん

加茂市に本部をおき、県内に数多くの薬局を展開する〈笹菊薬品（株）〉代表取締役。長澤さん自身も現場に赴く薬剤師として活躍中です。

発熱時の対応についての相談も増えています。薬はもちろん、健康について気になることがあったら気軽に相談できる最初の存在になれたら幸いです。

県央薬剤師会
学校薬剤師部 部長
小島 秀子さん

〈たんぽぽ調剤薬局〉での勤務の傍ら学校薬剤師としても活躍中。自身の子どもの入学がきっかけで興味を持ち学校薬剤師に。

授業後、生徒たちから届く感想や手紙が励みになります。厚生省からのマニュアルを運用し、感染症対策の指導も行っています。

〈取材協力〉一般社団法人 県央薬剤師会
Tel 0256-36-5331 三条市興野2-13-19

えほら薬局 荏原さん

メッツ薬局 竹田さん

ユリノキ調剤薬局 小出さん

はいがた調剤薬局 清水さん

石川調剤薬局 五十嵐さん

県央エリアで働く薬剤師の皆さん

薬局豆知識

ジェネリック医薬品って？

新薬（先発医薬品）の特許期間、再審査期間終了後に発売される後発医薬品のこと。先発医薬品と同じ有効成分かつ効能・効果・用量が原則的に同等で、先発品に比べ低価格。

国民皆保険制度を継続するために、医療費を削減する必要があり、国が推奨しています。

処方せんの有効期限はなぜ4日間？

処方せんは医療機関受診時の症状に合わせて発行されます。病気の急性期など一刻も早い薬の服用が望まれる場合もあり、安定した病状であっても早めに薬を受け取る必要があるからです。

病院薬剤師と薬局薬剤師の違いって？

病院薬剤師は主に入院患者に対応。医師や他の医療従事者と連携しながら適切な薬物療養が行われるよう努めます。薬局薬剤師は、院外処方せんの監査などを行い、その人の病状に合った薬、用量が処方されているか判断し調剤します。適切な服用のために1回に飲む薬を一袋にまとめる「一包化」などの工夫も行います。また、要指導医薬品や第1類医薬品を含む一般用医薬品や衛生用品などの販売も行います。

▲処方せんを元に必要な薬を確認し、選び出します。

▲最後は間違いがないか目で見て確認。正確で迅速な作業で、私たちの健康をサポートしてくれます。

お薬手帳が便利！

服用中の薬から過去の服用歴まで管理できる「お薬手帳」。薬の重複や飲み合わせを確認でき、旅行や災害時にも役立ちます。3カ月以内に同じ薬局で調剤を受けた場合は、手帳持参で医療費が安くなるお得な一面も。