

ご自由にお取り下さい

なごみ

2024年11月

Vol.77

シリーズ：病院探検

～薬剤部編～

認定看護師だより

～誤嚥性肺炎を防ぐ～

薬剤師さんどうして？

～健康食品・サプリメント～

トピックス

大

事

な

人

を

大

切

に



医療法人 育和会

育和会記念病院



JCEP

Japan Council for Evaluation of Postgraduate Clinical Training

薬 剤 部

薬剤部 部長 久岡清子

現在、粉薬は非常に減りました。残っている粉薬もメーカーから出荷の段階でほぼ包装されており、調剤の時間は減りました。薬になったかということ…さにあらず…いまや、薬剤師の仕事は「医師の処方箋に従って薬を作る事」「患者さんに渡す事」以外に「患者さんにちゃんと飲ませる事」「薬の効果を確かめる事」「個々の患者さんの身体に合った薬を医師に提案する事」等が法律で定められました。これは病院薬剤師だけでなく、調剤薬局の薬剤師も同じです。忙しい患者さんの中には「説明は医師に聞いたから、薬を渡してくれるだけで良い」と言われる方がおられますが、説明をしない薬剤師も、説明を聞かない患者さんも法律違反になります。

私が薬剤師になった40年前、薬剤師の仕事は「医師の処方箋に従って薬を作る事」「患者さんに渡す事」がメインでした。小さな病院に勤務していた私は、窓口で薬を渡す時、薬の飲み方や何の薬であるかの簡単な説明をしていましたが、大きな病院では説明もせず渡す事が普通だったようです。もちろん、患者さんに見えない仕事はその頃からたくさんありました。「薬を購入し管理する」「薬の情報を集める」「検査や処置に使う薬を作る」…等薬学生の頃には想像しなかった、習ってない『見えない仕事』がいっぱいでした。また、その頃は粉薬が多く調剤にはとても時間がかかりました。お年を召した方なら、薬包紙で包んだ薬をご存じの方も多と思います。

それでは、薬がどのようにして患者さんの手元に届くのか？
院内処方の実際の流れをご紹介します

①医師が電子カルテに処方を入力する



当院で採用している薬しか入力できません

②薬剤師が処方内容を確認する



患者さん個々の年齢、体重、副作用やアレルギーの情報、腎臓や肝臓の血液検査の結果と照らし合わせて薬の種類や量が適切であるかどうか、作用の同じものが重複していないか、またその反対に効果を打ち消し合う薬が出ていないか、等を確認します

③必要があれば医師に問い合わせる (疑義照会)



④処方箋を発行する



⑤薬を調剤する

処方監査でチェックした内容を再度確認しながら調剤します



⑥お薬お渡し口へ運ぶ

重くないものは
エアーシューターを使って
地下1階から1階の窓口に
運びます

⑦届いた薬の番号を掲示する

診察終了で会計処理に回っているとい
う合図が届いていないと掲示はされな
い仕組みとなっています

※お薬の受け取りには診察室で渡され
る引き換え書を提出して下さい

⑧薬剤師が窓口で薬をお渡しする

窓口の薬剤師はカルテに記載されていない薬で副作用
やアレルギーが起こったことがないかをもう一度確認
の上、本日処方された理由や飲み方、使用方法などを
説明してお渡しします。

最終的には薬が症状を改善し疾患を治すことが目的で
すから、“飲めない・使えない”は起こってはいけない
ことです。そのために、服用、使用しての効果、改善
の状態、きちんと服用、使用できているかなどをお伺
いしています



入院患者さんの薬も同じ様に作られますが、
各病棟には担当の薬剤師がおり、患者さんの
手元に渡る直前の状態までの準備をしていま
す。病棟薬剤師は、入院された時に今までの
薬物療法の状態を聞きに伺うところから始ま
り、入院加療中の薬の効果や副作用の確認の
ためベッドサイドに訪問します。さらに退院
してからも薬物療法が安全で安心して続けら
れるようにするまでが仕事です。
そのため、入院前や退院後の“かかりつけの調
剤薬局”の薬剤師と情報のやりとりをするこ
とも大切な仕事です。

このように薬剤部の仕事は『薬を届ける』と
いう事だけでも、40年の間に非常にボリュー
ムがアップしました。
当然『見えない仕事』もボリュームアップさ
れています。

近年は、専門的な知識を持たないと対処でき
ない疾患も増えました。薬剤師にも様々な知
識が求められています。当院には『がん』
『感染』『栄養』『糖尿病』『アレルギー』
『禁煙』などを得意とする薬剤師がいます。
また『高齢者』や『ドーピング』『サプリー
メント』などの専門知識を持った薬剤師が多数
在籍しています。これらの専門知識は普段あ
まり目にすることはありませんが、何か困
ったことが起こった時に必要とされます。
まさに縁の下の力持ち！

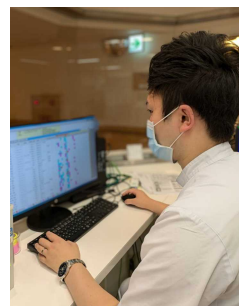
2年ほど前にドラマ化されて話題になりました
が『アンサング・シンデレラ』の集団が私
達です。因みにアンサングとは「その昔、そ
の功績を吟遊詩人に歌われる事が無い＝表
立って評価されることが無い＝縁の下の力持
ち」という意味だそうです。

副作用では
ないか？

薬が多くて
飲めない

**薬について、疑問や不安を感じた時は
いつでも1階の《お薬お渡し口》の
薬剤師までお声がけください**

この薬の
味がイヤだ



認

定

看

護

師

だ

よ

り

摂食嚥下障害看護認定看護師

田中悦子

高齢者にとって肺炎は死につながるとも怖い病気です。そこで肺炎のなかでも高齢者に多い誤嚥性肺炎についてお話しします。

誤嚥（ごえん）とは？

食べ物や飲み物でせき込んでむせたり、食べ始めると痰がらみのような状態になることはありませんか？食べ物や飲み物が気管の中に入ってしまうことを誤嚥といいます。

誤嚥性肺炎とは？

食べ物や飲み物が気管の中に入り込み誤嚥したことにより起こる肺炎を誤嚥性肺炎といいます。

なぜ誤嚥するの？

- 1 脳卒中などによる嚥下障害
- 2 加齢による嚥下機能の低下
- 3 栄養不足による低栄養の状態
運動不足による筋力の低下

など、原因はこれだけではありませんが

これらのことが原因で飲み込む力が弱くなることで誤嚥しやすくなります。特に②は40歳代から始まっているともいわれています。

誤嚥性肺炎を予防して おいしく食べましょう

嚥下障害リスク評価尺度改訂版 （地域で暮らす高齢者を対象にした質問紙です）

あなたのここ3ヶ月くらいの食事中に出現する症状についておたずねします。次の症状がどれくらいあったか「いつもある」「時々ある」「まれにある」「ほとんどない」の中から1つ選んで○をつけてください。

No	質問項目	3点	2点	1点	0点
1	水分や食べ物が鼻にあがる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
2	食べ物をいつまでも飲み込まずに嘔んでいる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
3	水分が飲み込みにくい	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
4	ご飯が飲み込みにくい	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
5	食べ物がのどにひっかかる感じがする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
6	食べ物がのどに残る感じがする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
7	食事中や食後に濁った声に変わる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
8	水分や食べ物が口に入ったとたんむせたりせきこんだりする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
9	水分や食べ物を飲み込む時にむせたりせきこんだりする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
10	水分や食べ物を飲み込んだ後にむせたりせきこんだりする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
11	水分を飲み込むときにむせる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
12	ご飯を飲み込むときにむせる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
13	嘔むことが困難である	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
14	硬い食べ物を避け、軟らかい食べ物ばかり食べる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
15	口がバサバサしていると感じる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
16	バサバサ、モサモサした食べ物は飲み込みにくい	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
17	口から食べ物がこぼれる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
18	ことばが明瞭でない	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
19	食べ物を飲み込んだ後に舌の上に食べ物が残る	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
20	食べるのが遅くなる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
21	食べ物や酸っぱい液が胃からのどに戻ってくる	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
22	食べ物が胸につかえる感じがする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない
23	胸やけがする	いつもある	時々ある	まれにある	ほとんどない

ぜひ一度
お試し下さい

合計6点
+ 以上で



嚥下障害
リスクあり

と診断されます

床田博子, 鎌倉よひ, 他: 高齢者における嚥下障害リスクに対するスクリーニングシステムに関する研究, 日摂食嚥下リハ会誌, 10 (1) : 31-42, 2006.


誤嚥 = 誤嚥性肺炎？

誤嚥をしたら必ず誤嚥性肺炎になってしまうわけでは
ありません。

- 誤嚥した食べ物の量や質
- 口腔内の汚染状態
- 栄養状態
- 体力・抵抗力
- 誤嚥したものを喀出する力

これらの要因が関連して肺炎になってしまいます。
では、誤嚥性肺炎にならないためにはどうしたら
いいのでしょうか？

誤嚥性肺炎予防！

- 1 口の中を清潔にする
- 2 栄養状態をよくする
- 3 免疫力を高める
- 4 嚥下体操 

嚥下機能を高めるために食事前の準備体操として毎日行いましょう！

食べる前の準備体操

毎食前1セット
(1~2分)

意義/頰部の緊張をとり嚥下をスムーズにする

a 深呼吸

(数回繰り返す)

鼻から
吸って



ゆっくり
口から
吐く



おなか
がふくらむように

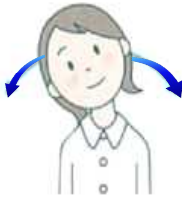
おなか
に
手をあてて

おなか
がへこむように

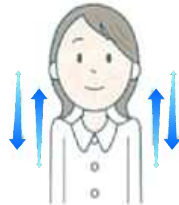
b 首を回す



c 首を倒す



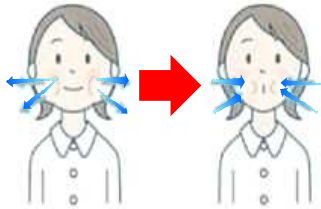
d 肩を上げ下げする



e 両手をあげ、軽く背伸びする



f 頬を膨らませたりすぼめたり (2~3回繰り返す)



g 舌で左右の口角を触れる (2~3回繰り返す)



舌を出したり
引いたり

h 息がのどに当たるように強くゆずって止め三つ数えて吐く



i パパパ ラララ カカカ とゆっくり言う



papapa

おなか
がふくらむように

j 深呼吸

鼻から
吸って



数回繰り返す

ゆっくり
口から
吐く

おなか
がふくらむように



おなか
がへこむように

嚥下機能を可能な限り維持し
誤嚥性肺炎を防いで
おいしく楽しくたべましょう



薬

剤 師 さ ん と う し て ?

健康食品・サプリメントを使う時に 注意する6つのポイント

今年の春に紅麹関連製品の死亡事故の報道があり、健康食品・サプリメントについて疑問視されている方も多いかと思います。

『いやいや、あれはあの会社だけの問題でしょ？私が飲んでいるのは超有名な製薬会社のものだから、大丈夫…』と仰る方もいるかも知れません。

日本の健康食品市場は9兆円に届こうとしていて、本当に色々な健康食品・サプリメントが販売されており、玉石混交の状態なのです。



※健康食品・サプリメントは、大きく「特定の機能の表示などができるもの（保健機能食品）」と「そうでないもの」の2つに分けられます。

1 使用目的を明確にしましょう

とはいうものの、健康食品・サプリメントで病気が治ることはありません。また「〇〇が良くなる」や「△△に効果的」などと明記できるのは、国から機能の表示を認められたものだけです。

特定保健用食品 (通称トクホ)

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品です。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。

栄養機能食品

一日に必要な栄養成分（ビタミン、ミネラルなど）が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品です。すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出などをしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができます。

保健機能食品

機能性表示食品

事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。

- ※栄養機能食品として機能表示ができる栄養成分
- ミネラル**：カルシウム 亜鉛 銅 マグネシウム 鉄 カリウム
 - ビタミン**：ナイアシン パントテン酸 ビオチン ビタミンA
 ビタミンB1 ビタミンB2 ビタミンB6 ビタミンB12
 ビタミンC ビタミンD ビタミンE ビタミンK 葉酸
 - 脂質**：n-3系脂肪酸 (α-リノレン酸 EPA DPA DHA)

薬剤部長 久岡 清子

2 病気の人の使用にはリスクがあります

健康食品・サプリメントで病気が治ったという明確な研究成果は、現時点ではありません。病気の症状によっては余計に症状を悪化させる場合や、現在使用中の薬との飲み合わせが悪いものなどもあります。「これを使用すると病気が治ります」とうたっているものは明らかに法律違反です。「病気の人にも使えます」「薬と違って食品だから安心です」など、病気の人への使用を勧めているものも要注意です。



3 天然、自然素材だから安心とはいえません

広告ではよく「天然＝安全・安心」のイメージが強調されていますが、天然だからといって安全・安心とは限りません。まず、合成品に比べ品質・安全性が上位であるという証拠もありません。また、含有する全ての成分が明らかになっているわけではなく、有害物質や不純物が含まれている可能性もありますし、含有物質が多いということはアレルギーなどの症状を引き起こしやすい場合もあります。



4 違法品に注意しましょう

効果が高いと言われるものの中には医薬品を混入させているものもあり、健康被害や死亡例も報告されています。特に海外製品や個人輸入されている製品は要注意です。



5 お薬手帳に記載しましょう

「いつから」「何を」飲み始めたか、「飲んで体調が変わったか」をお薬手帳に記載しておきましょう。くれぐれも「いつの頃からか…なんとなく変…」といったことがないように！



薬剤師さんどうして？～健康食品・サプリメント～

6 たくさんの種類を飲むのはやめましょう

種類が多いほど飲み合わせの問題が起きてきます。また、副作用が起こった時どの製品が原因なのかがわかりにくくなります。副作用が起こるタイミングは必ずしも飲み始めて「すぐ」とは限りません。体に起きていることがわかりやすいように、よりシンプルに！が一番です。



の～てんき

これは の～てんきなうさぎとしっかりもののネコのカップルのお話です

ただいま～
あら、お掃除中？

おかえりなさい
今、サプリメントの整理をしているの

ずいぶん、たくさんあるね
また、急にどうしたの？

サプリメントで死亡事故あったって、
テレビで言ってたから…
あそこのメーカーの怖いわ

あれ？これって使用期限切れてるよ
これ、何のために飲んでたの？

ふ～～ん
…（ぜーつたいにダメされてるぞ！）

あ、お茶入れて
大福食べようっと！

あ、それはね…
これを飲むと
もっと、きれいになれますって、
お店の人が
言ってたの！

（何、今のふーんの後のマは…）

とりあえず、
期限が切れてるのは
捨てようかな…

紹介受診重点医療機関

2024年9月より当院は紹介受診重点医療機関に認定されております。紹介状を持参されない場合、初診時に7,700円の選定療養費を徴収することが義務づけられています。

病院を受診される際は、まずお近くの診療所の医師にご相談下さい。

ご意見・ご要望

ご意見：待合に置いてある自動血圧計の数値が測る度に違う。故障ではないか。

回答：自動血圧計では、ちょっとした姿勢の変化で値が変わることがあります。また、測定する時間帯や食事の影響を受けることも少なくありません。測定値に疑問や不安がある場合は、診察室で医師にご相談下さい。
(血圧計にある図のように正しい姿勢で測定を心がけて下さい)

ご意見：●ここ数日主食のおにぎりが乾燥していて食べられなかった。
●米飯が毎回硬い、今日は特に酷い。

回答：この度はご迷惑をおかけしたことを心よりお詫び申し上げます。当院の病院給食は温風再加熱システムのため、表面が乾燥することがあり、再加熱の前には蓋がきちんと閉まっているか確認をしているとのことでしたが、防ぎきれず申し訳ございませんでした。食事に不備があれば直ちに代替品を用意致しますので、病棟スタッフにご連絡頂ければ幸いです。

呼吸器教室のご案内

医師・薬剤師・理学療法士・臨床検査技師・栄養士など、各部門の専門家によるお話です。お気軽にご参加ください

11/27 (水) インフルエンザ・コロナ肺炎
1/22 (水) 誤嚥性肺炎
3/26 (水) 喘息

2階研修室 14:00～15:00
※予約不要

地下食堂のご案内

地下1階 **宮がみ屋食堂** 育和会店

営業時間午前11:00～15:00
どなたでもご利用いただけます。

ご意見：転院を急かされているようで気分が悪かった。もう少し猶予期間が欲しかった。

回答：この度は退院調整の際に不快な思いをさせてしまい申し訳ございませんでした。当院は急性期病院の役割を担っておりますので、病状が安定した患者さんには退院して頂き、新たな重症患者さんを受け入れる体制を整えなければなりません。急性期病院の入院期間は概ね14日以内となっております。退院・転院に際しましては、病棟の医療ソーシャルワーカーがお手伝いさせていただきます。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

1階ロビーにパンフレット台を設置しております。お役立ち情報などを無料配布しておりますので、お持ち帰りください。

【病院のご案内】

- ◆受付時間 平日 午前8:45～午前11:30 午後1:00～午後3:30
土曜 午前8:45～午前11:30
※自動再診受付機は午前8:30から稼働
- ◆休診日 日曜・祝日 12月30日から1月3日
- ◆面会時間 全日 午後2:00～午後4:00 ※1日2名 30分以内
HCUは面会制限を継続しております

病院ホームページ



看護部インスタグラム



発行：地域医療連絡室Y