

薬の使い方「正しく」

ポイント紹介や漢方学ぶ

23日、大分大病院で市民講座「八方塾」

大分大病院は23日午後6時から、由布市の同病院で市民公開講座「第5回八方塾」を開催する。テーマは「知って得する正しい薬の使い方」。入場無料。問い合わせは同大学医学部医事課患者サービス係（☎097・586・5430、月曜から金曜の午前9時から午後5時まで）。



大分大病院
薬剤部の龍田
涼佑主任

各講師は次のように呼び掛けている。

▼薬剤部 龍田涼佑主任
「薬の上手な使い方」

普段何げなく飲んでいる薬が体の中でどのように効いているのか、皆さん不思議に思ったことはありませんか。薬にはいろいろな種類があり、口から飲む薬には、錠剤や粉薬、シロップがあります。皮膚や粘膜など体の表面や体内に直接作用する薬には目薬や軟こう、湿布、座薬などがあります。

また、薬はリスクを併せ持ち、正しく使わなければ副作用を引き起こすこともあります。薬をより安全に使うために、自分が使っている薬の記録を付けておく



大分大病院
産婦人科の西田
欣広准教授

「お薬手帳」を持つことを勧めます。

お薬手帳は、普段使用している薬や薬によるアレルギーの経験などを医師や薬剤師へ正確に伝えられるだけでなく、薬に関する情報を正しく知ること、副作用や誤飲の防止などにもつながるメリットがあります。正しく、より効果的に薬を使っていたりするためのポイントを紹介いたします。

▼産婦人科 西田欣広准教授「知っておくと役に立つ漢方薬」

漢方はいまだに気休め程度で保険が適用されない、苦くて長く飲まないと効果がなないと誤解している人が多いようです。漢方は急性の病気を治すため2千年前に作られ、今もそのレシビを基に多少アレンジしたものが使われています。

こむら返りは5分、急な動悸は10分、肩凝りは1時間、単純なめまいは2時間程度で症状が軽くなることがあります。インフルエンザによる発熱やノロウイルスによる嘔吐、下痢もほぼ半日で沈静化し、翌日にはすっかり元気になります。

漢方は、冷え症や食欲の増加、月経痛、更年期症状、いらいら、不安、不眠、口の渇きほか、喉が詰まる、何となく体がおかしいなど、いろいろな症状に効果があり、西洋の薬では改善しにくい症状に効果があります。漢方を日常生活に上手に取り込むことでちょっとした体の不調が改善される。

しかし、漢方を処方する医師は少ないのが現状です。病院の検査で異常がなく、気のせい、年のせいと言われたことのある人や、西洋の薬は体に合わないと思っている人はこの機会に正しい漢方の使い方を学んでください。