

核兵器のない、平和な世界をめざして

～大会参加募金にご協力お願いします～

原水爆禁止2017世界大会が長崎で行なわれます。

広島・長崎に原爆が投下されてから72年しかたっていない被爆国のこの国は、現在の科学でもコントロールできない、放射能を扱う、原発をつくってしまいました。戦後に生まれた私たちは、戦争を知らず、平和な日常生活を送っていますが、僅か72年しか経過していないにも関わらず、今、戦争を始める危険な方向に、日本が動いている気がしてなりません。

私は、入職したての、1998年の広島大会に参加させて頂きましたが、大変な衝撃を受けて帰ってきました。事前に、原爆や戦争に関わる本を読んだり、写真を見たり、自分なりに学習をして臨んだつもりでしたが、実際に被爆された方々の悲惨な体験や、平和への思いを聴くこと、また、実際にその地を訪れて、しっかりと目に焼き付け、頭だけでなく、体で感じたことは、何百倍もの勉強になり、より強く平和への思いを深めました。

毎年、夏の期間に新聞、マスコミ等で、反戦記事が掲載されることが多いのですが、平和への戦



いは夏だけではないのだと、強く感じられたのも、原水爆禁止世界大会によるもので、私はこの大会に参加できたことに、とても感謝しています。

今年は、はるか薬局の代表として、市川正人薬剤師が大会に参加することになりました。ぜひ、多くのことを見たり、聴いたり、貴重な体験をしてきて欲しいと思っています。

そして、はるか薬局では今、大会参加のための募金活動をしております。はるか薬局受付前に募金箱を設置させて頂いていますので、ご協力いただくと、大変助かります。どうぞよろしくお願い致します。

(事務：佐藤 康子)

禁煙 始めてみませんか!

その2:禁煙治療薬について



禁煙時のイライラや集中困難などのニコチンの離脱症状を緩和させ、禁煙を助ける薬剤が禁煙治療薬です。現在、実際に保険給付の対象となっている薬剤は、貼り薬であるニコチンパッチ(商品名:ニコチネルTTS)と、飲み薬としてバレニクリン(商品名:チャンピックス)があります。

【ニコチンパッチ】

(商品名:ニコチネルTTS)

ニコチンパッチは、ニコチンを含んだ貼り薬です。皮膚からニコチンを吸収し、1日1枚ずつの使用で安定した血中濃度の維持が可能になります。そのため1日中安定して喫煙欲求を抑えることが可能になります。また、1日中貼るため皮膚のかぶれや不眠の副作用が起こることがあります。

【バレニクリン】

(商品名:チャンピックス)

バレニクリンは、ニコチンを含まない飲み薬です。バレニクリンは、少量のドパミンを放出させ、それによって、イライラなどのニコチン切れの離脱症状を軽くします。また、タバコを吸っても「おいしい」と感じにくくなります。服用の仕方は、飲み始めの3日間は、1日1回とし、4日目から1日2回服用します。最初の1週間は、タバコを吸ってもよく、8日目から禁煙を開始します。通常、12週間服用します。禁煙の成功率としては、ニコチンパッチよりも高い成功率となっています。副作用として嘔気の副作用がおこりやすいため必ず食後に服用となります。注意事項として、薬の服用



中は、「車の運転等の危険を伴う機械の操作をしないよう」指示がある薬となります。

これら両薬剤の欠点としては、突然の喫煙欲求に対処しきれないという面があります。その際は、他の行動療法(気分転換・軽い体操・冷たい水か熱いお茶を飲む・無糖のガムやアメなどで口寂しさを補う)などで対処します。

(参考):現在当薬局では扱いがありませんが、医師の処方なしで薬局で購入できる薬剤として、ニコチンガム(商品名:ニコレット・ニコチネルなど)と一部のニコチンパッチ(商品名:シガノンCQ、ニコチネルパッチ、ニコレットパッチなど)があります。

●禁煙治療まとめ

今回紹介した禁煙外来と禁煙治療薬の登場により禁煙成功率は、飛躍的にアップしています。しかし、禁煙外来による治療を受ければ必ず禁煙が成功するわけではありません。喫煙をやめたい方自身が、喫煙による健康被害を理解し、健康で希望に満ちた将来を得るため強い決意と努力で挑んだ結果として禁煙は成功するものです。禁煙外来と禁煙治療薬は心強いサポート役です。また、一度禁煙治療に失敗してしまった方でも、最初の受診から1年以上経過していれば、再度禁煙外来を受診し治療を受けることが可能となりますのであきらめずに禁煙に挑戦していきましょう。



待ち時間短縮を考える



はるか薬局では、毎月、全職員会議を開催し、グループワークを様々なテーマについて行なっています。

7月は、「患者さんの待ち時間短縮」について考え、3グループで「ブレインストーミング」という集団発想法にもとづき、アイデアを出し合いました。

この「ブレインストーミング」は、参加者が自由に意見を述べることで、多彩なアイデアを得るための会議法です。結論厳禁、質より量、自由奔放、結合改善など4つの原則に従い、真剣に、時に笑いありの中で行なわれました。

出されたアイデアは、

- ① 普段からコミュニケーションをとり、混雑しているところにサポートに入る
- ② スピーディーな情報収集、提供のための機器導入
- ③ 「患者さんが長時間待っていると感じさせない工夫」「店舗を広くする」「掲示物の充実」

など、すぐに実現可能なものから、じっくりと時間をかけて議論が必要なものまで、多様なものが出されました。

まずは、すぐに改善できるものから全職員で取り掛かろうと締めくくり、より一層安心安全な薬局業務に努めていくことを全職員で再確認した会議となりました。

次回、はるか薬局に来局いただく際は、何かが変わっているかも？という目線でご期待ください。



はるか薬局

開局15周年を迎えました

弊社、株式会社あゆみ調剤はるか薬局は2017年7月1日をもちまして、開局15周年を迎えました。

これもひとえに地域の方々や友の会の皆様方、かかりつけ薬局としてご利用いただいている患者様からの温かいご支援の賜物です。心より御礼申し上げます。

振り返れば開局からの15年間、厳しい薬剤師体制が続きましたが、民医連の保険薬局として、安全・安心な調剤活動に努め、地域のかかりつけ薬局として、皆様の健康づくりや服薬と療養のご援助を進めて参りました。

私たちは、この15周年を一つの節目とし、安心して住みつづけられる街づくりと皆様の健康で豊かな暮らしの実現のために奮闘する決意を新たにしています。

民医連の保険薬局として、地域包括ケアシステムの一翼を担い、医療・介護との連携と地域の皆様との共同で、地域のかかりつけ薬局として信頼される取り組みを進めてまいります。

今後も格別のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

株式会社 あゆみ調剤

代表取締役 矢部 政仁

～はるか薬局緊急時電話番号～



0154-31-7811または
090-3775-3026

夜間、日曜祝日等の閉店時で緊急の対応を要する場合にご利用下さい。



お知り合いの薬剤師・薬学生の方を
ご紹介下さい 奨学金制度もあります

※詳しくは、あゆみ調剤までご連絡下さい。

☎0154-31-7811