

No.196 2020年11月号

発行:株式会社 あゆみ調剤 はるか薬局 はるか通信編集委員会

北海道釧路市治水町6-2

TEL 0154-31-7811 • FAX 0154-31-7773 https://a-haruka.co.ip/

## 奨学生とWeb懇談を 行ないました (要学生の近況

釧路協立病院薬局とはるか薬 局合同で、10月31日のハロウィ ンの日に道東勤医協の奨学生3 名との懇談を行ないました。 Zoomを用いたWeb懇談形式で 協立病院薬局の紹介とはるか薬 局の紹介、奨学生の近況などを 確認しました。

学生2名は6年生で卒業試験 や薬剤師国家試験を控えており 現在の状況の確認や国家試験に 向けての激励の言葉などを送り ました。現在3年生の学生1名も 進級に向けて頑張っていること を確認しました。

今年は、コロナウイルスの関係で大学の授業も対面で無く、ずっとWeb形式だったりなど不自由がある中頑張っている学生に、今の協立病院とはるか薬局

でどういう 活動をしているかを紹介 し勉強のモチベーションにつながれば良いと思っての 懇談でした。「実際に具体的な活動が見れてやる気がアップしました」との言葉を学生からも頂

健康に気をつけ、学生が無事 試験を突破し薬剤師となり、私 たちの働く仲間となることを切 に願っています。

きました。



(薬剤師:市川 正人)

## 高尿酸血症について〈前編〉

### ~原因と治療薬、生活習慣のポイントについて~

皆さん、健康診断で尿酸値が高いと指摘されたことありませんか? 血液中の尿酸濃度が高い状態が長く続くと足の付け根などが腫れあがり、風が吹いただけでも痛いといわれる「痛風」へと進展することがあります。夏場に多いと言われている痛風。しかし、冬場でも起こりやすいことを知っていますか?

今月(前編)と来月(後編)は、高尿酸血症の原因と治療薬、生活習慣のポイントについてお話します。

#### 〈高尿酸血症とは?〉-

医学的に、血液中の尿酸値が7.0mg/dlを超える状態を高尿酸血症と呼んでいます。尿酸値が高いだけでは症状はありませんが、血液中の尿酸濃度が高い状態が長く続くことで溶け切れなくなった尿酸が結晶となり、関節などに蓄積していきます。

蓄積した尿酸の結晶は、体が異物として認識するため、そこで炎症が起こり、これが激しい痛みとして感じます。これが痛風発作です。

高尿酸血症だとしても必ず痛風発 作を起こすわけではありませんが、 何かが引き金となり痛風発作を引き 起こす恐れがあるため注意が必要で す。



#### 〈季節によって痛風の原因は異なる?〉-

痛風発作は、比較的夏場に多いと されています。気温が上がり汗をか



くと体が脱水状態 に陥りやすくなり ます。脱水状態に なることで血液が 濃くなり、血液中 の尿酸濃度が高くなるためです。脱 水状態が痛風発作の原因ということ になります。

反対に冬場は気温が下がり、尿酸が結晶化しやすくなります。結晶の量が増えることで痛風発作のリスクが高まります。

#### 〈男女差はあるの?〉

高尿酸血症や痛風・尿路結石は、 男性に多い病気です。一方で女性は 女性ホルモンによって尿酸値がある 程度コントロールされています。男 性に比べれば少ないのですが、女性 ホルモンの分泌が低下する閉経後に はやや増加するため注意が必要で す。

#### ―〈高尿酸血症の予防~高尿酸血症と生活習慣病について〉―

高尿酸血症は、痛風や腎結石、尿路結石(激痛とされています)の原因であるほか、肥満や高血圧、脂質異常症、高血糖を複合的に合併することが多くなっています。

言い換えれば、高尿酸血症は生活 習慣病と深く関連しています。生活 習慣病を予防することは、高尿酸血 症を予防することにも繋がります。 来月は、具体的な予防策と治療薬を中心に紹介したいと思います。





参考資料:e-ヘルスネット 高尿酸血症

大正製薬 HP

(薬剤師:大畑 真紗子)

# \*\*はるか薬局のほしの**クイス**\*\* ★漢字当てはめクイズ★

問題 中央の○に当てはまる漢字を下の欄から選び 解答してください。すると5つの熟語が完成します。





風天

II

例)右下図の中央に当てはまる漢字の答えは「愛」です 【・恋愛・敬愛・愛情・愛護・愛読】

林・寒・心



答

#### 【クイズ応募のきまり】

クイズの答え、住所、氏名をハガキ、またはEメールでご応募下さい。はるか通信への感想、はるか薬局へのご意見などもお書き下さい。正解者の中から抽選で3名様に図書カードをお送りします。

なお、頂いたご意見ご感想を、後のはるか 通信の記事として匿名で掲載させて頂く場合 もございますのでご了承下さい。

- 締 切/2020年12月14日
- 発 表/本紙 198号 予定
- あて先/〒085-0055

釧路市治水町6番2号 はるか薬局 クイズ係

(Eメール/ayumichozai@a-haruka.co.jp)

はるか通信 No.194 2020年9月号 はるか薬局 【お楽しみクイズ】 当選者発表

【正解】は、「静」でした。

【当選者】池亀 千恵 様、松本 智子 様、大島 拓二 様

たくさんのご応募ありがとうございました。 以上の3名様に図書カードをお送りします。

~はるか薬局緊急時電話番号~

**2** 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で利用下さい

0000000

## 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

