

テレビ診察室

令和元年 5月 5日(日) 放送分

～ 薬と暮らし ～

一般社団法人 青森県薬剤師会
会長 木村 隆次

薬が暮らしに影響を与えているかも



食事



排泄



運動

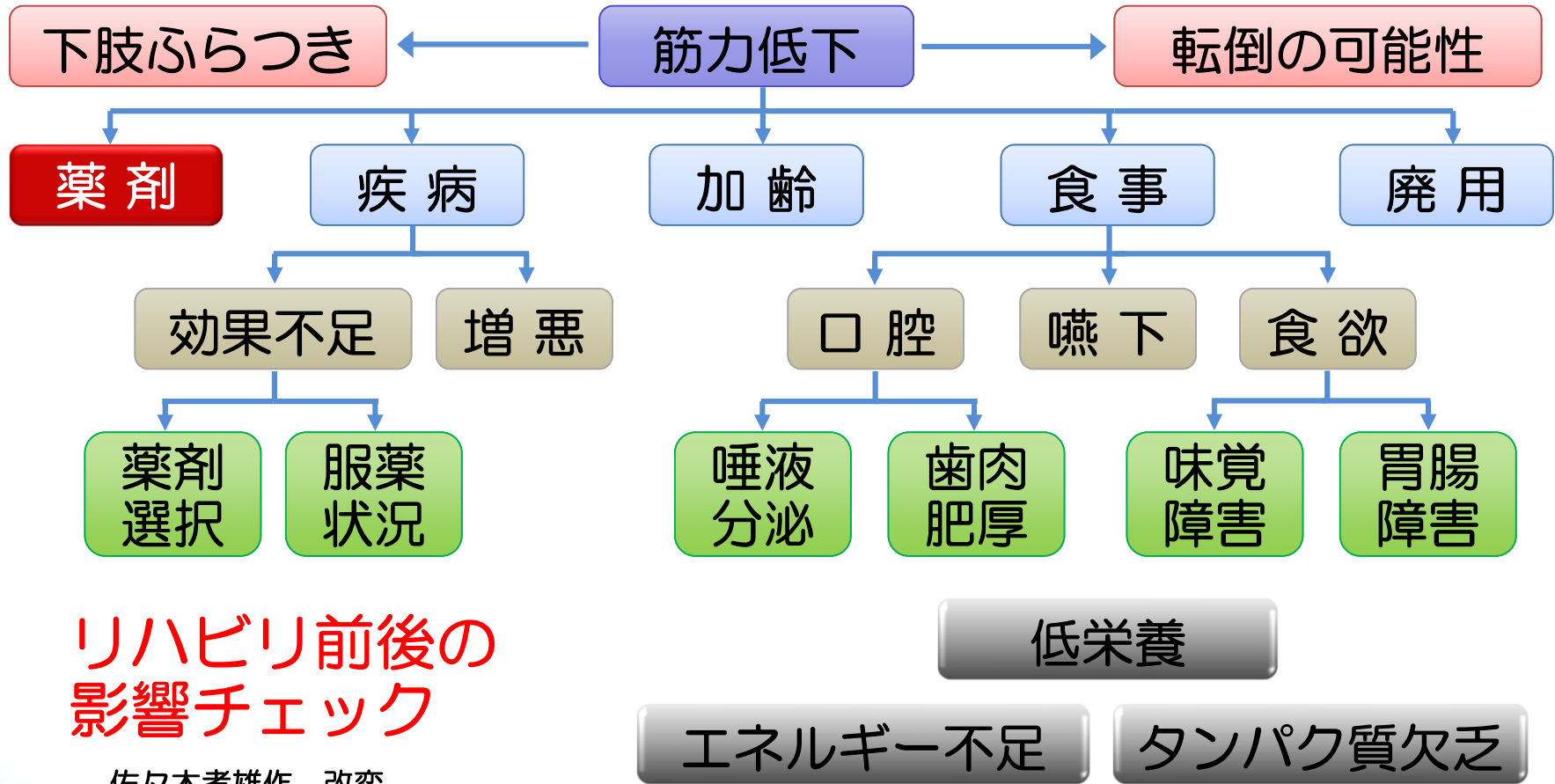


睡眠

問題意識を持った、モニタリング

その人が問題と認識しなければ、
その人にとって、問題は存在しない

薬が生活に与える影響の把握



リハビリ前後の
影響チェック

佐々木孝雄作 改変

アムロジピン、ニフェジピンなどで歯肉肥厚



入れ歯が合わなくなる



ブラッシングで歯肉肥厚防止

おくすりを

水素水で飲んでよいですか？

**腸溶製剤（錠・カプセル）の薬は
効果が減弱されます。**



チラージンSと食物・薬の影響

チラーヂンS吸収障害おこす食べ物

空腹ならチラーヂンSは80%が小腸から吸収されますが、食事と同時では70%に低下します。

特にチラーヂンSの吸収を妨げる食物は

- 豆乳・豆腐・納豆・大豆製品
(牛乳よりはるかに強かにチラーヂンS吸収障害)
- エスプレッソ (非常に濃いコーヒー)
: チラーヂンSの吸収率を20%低下させる
- 異常な量の食物繊維 (ドライフルーツの過剰摂取)
: チラーヂンSの吸収率を55%低下させる
- 乳製品(牛乳・チーズ・ヨーグルト)に含まれるカルシウム(Ca)

チラーヂンS 吸収障害おこす胃薬

- 胃酸を抑える薬は、胃液の酸性度をアルカリ側に変えるため、チラーヂンSの吸収が悪くなります
- ネキシウム[®]（エソメプラゾール）は特に強い胃酸分泌抑制に加え、吸収障害をおこすマグネシウムを含みます
- 胃薬：（アルミニウム・マグネシウム・亜鉛を含む）（チラーヂンSを吸着する）
- 酸化マグネシウム
- 亜鉛[ポラプレジック(プロマック[®])]
- アルミニウム剤(アルサルミン[®])
- 市販薬：新キャベジンコーワS[®]（マグネシウム・カルシウムを含みます）
- スクラルファート[®]（アルミニウムを含み：チラーヂンSの62%を吸収できなくします）

結局、チラーヂンS錠は、いつ？ どのように？飲めばいいのでしょうか。

● チラーヂンSは、朝食30分以上前（起床時すぐ）

● 水道水・白湯（さゆ）で飲むのがベスト

● 飲み忘れたら

→ 昼食30分前 夕食30分前 睡眠前に飲む

便秘薬の管理

緩下剤（酸化マグネシウムなど）、
刺激性下剤（センナ、ダイオウなど）漢方薬、浣腸

利尿薬の管理

薬が暮らしに影響を与えているかも



食事



排泄



運動



睡眠

問題意識を持った、モニタリング

その人が問題と認識しなければ、
その人にとって、問題は存在しない