

1. 薬剤師

●薬剤師とは

薬剤師は、薬剤師法という法律で定められた、医薬品の提供や薬事衛生を管理し、国民の健康な生活のための職業です。

薬剤師は、医師の処方どおりの薬を患者に調剤したり、薬や服用方法について説明することで患者の健康に役立てます。

医師と患者の間に立ち、患者の体質や服用歴などから、医師が処方した薬が有効で安全かを監査し、不適切と判断した場合は修正を促すといった大切な役割もこなします。

医療過誤などが頻繁にニュースにとりあげられ、電子カルテなどの登場で現場はシステム化され、効率とミス減らす手間のバランスが難しくなっています。

薬剤師も、機械的に調剤して薬を渡すのではなく、患者の状態を観察し、話をし、説明するプロセスがとても重要性を増しています。

薬剤師が薬の監査をしたり、患者と接することにより、医師の指示ミスはもちろん、入力ミスやシステムのエラー、新規に発表された副作用などに気づき、安全な医療を提供することができるようになってきました。

writer=丸山

●薬剤師になるには

薬剤師になるためには、大学で薬学を学び、薬剤師国家試験に合格するプロセスを歩みます。

薬剤師国家試験は、6年生の大学で正規の薬学を学んだ人だけ受験でき、年に1回2日間のスケジュールで行われます。(薬学部は、平成18年より、従来の4年生から6年制に移行しています。)

大学では、薬理、薬剤学はもちろん、生化学、免疫、病理、微生物、放射線、臨床医学、公衆衛生、関連法規、病院実習など幅広い医学の知識を学ぶカリキュラムになっており、学生の間はかなり厳しい勉強が求められるようです。

大学卒業後の進路は、薬局、病院・診療所、製薬会社、大学院などで、近年は薬局への就職が増えていると言われています。

薬学部のある大学は年々増え続けており、調剤薬局の数も増えて頭打ちになりつつある上に、病院も電子カルテ化などで効率を上げているため、薬剤師は供給過剰になることが予想されています。

在学中の費用は、年間200万と仮定すると、6年で1200万。かなりのお金と労力のかかる資格です。

医薬品のプロとして、しっかりとしたビジョンをもち、資格取得と就職に臨みたいものです。

writer=丸山

2. 妊娠検査薬

●妊娠検査薬とは

妊娠検査薬は、妊娠初期に受精卵から尿に分泌されるホルモンを検出し、お腹に赤ちゃんがいるかどうか調べる薬です。薬局などで買うことができます。

生理が遅れていて、もしかしたら？と思っても、産婦人科に行くのはためらってしまう人は少なくありません。

妊娠検査薬で検出するホルモンは、hCG というもので、受精卵が着床してから増え続けていきます。

検査に最適なのは、妊娠してから4週程度の時期とされています。

生理が遅れていると感じる頃は、前回の排卵から約4週経っているので、妊娠検査薬には余裕を見て、生理予定日のおよそ1週間後から検査できると書かれています。

妊娠検査薬で検査した結果、妊娠しているはずなのに陽性にならなかったり、判定が陰性なのに、生理が始まらなかったりすることがあります。

不妊治療で投与されているホルモンや、不規則な生理周期、胎児異常などが考えられますので、再検査をしたり、早めに産婦人科の受診を検討してみましょう。

writer=丸山

●妊娠検査薬の使い方

妊娠検査薬は、薬局などで誰でも購入して、妊娠しているかどうか検査できる薬です。

赤ちゃんが着床すると、妊娠を維持しようとするホルモン、hCG が分泌されて尿に混じって出るようになります。

妊娠検査薬は、妊娠4週という、前回の排卵から4週間経った頃に陽性となるように作られています。

生理が遅れているなど感じたら、もう1週間ほど余裕を見てから使うとちょうどいい日数となります。

基礎体温を測っている人は、高温期(排卵後、2週間続く)が3週間以上続いたときを目安にすると、より正確に検査することができます。

妊娠しているはずなのに、陽性の出方が少ない場合は、さらにもう1週間後に検査してみましょう。

市販の妊娠検査薬はほとんどが棒状で、1～2回測定することができます。
スティックの先端におしっこをつけ、数分待ってから、判定窓に現れる色で判断します。

陽性反応が出た場合も、正常妊娠かどうかを確認するために、早めに産婦人科を受診するとい
いでしょう。

検査結果が陰性なのに、生理が始まらない、基礎体温の高温期が続く場合も、早めに産婦人科
を受診しておくで安心です。

writer=丸山

3. 睡眠薬

●睡眠薬とは

睡眠薬は、睡眠導入剤と呼ばれ、寝つきの悪さや、眠りの浅さを改善する薬です。

睡眠薬というと、依存してしまう、大量に飲むと死んでしまうなどの不安を感じる人が多いと思いま
す。

最近の睡眠薬は、依存や危険性の少ない薬が開発されていて、1万錠くらいまでなら一度に飲
んでも死なないようです。致死量になる前にお腹がいっぱいになってしまいますね。

睡眠薬は、長時間効くもの、入眠時のみ短時間効果があるもの、早く目が覚めないようにゆっくり
効くものなど、睡眠障害の状態によってさまざまなタイプがあります。

よい睡眠が取れないと、体の疲れが取れないだけでなく、感情が乱れたりして精神的にまいって
しまいます。

薬局でも睡眠薬に近い働きの薬が売っていますが、数回飲んでも改善しない場合は、病院で受
診し、効果的な治療を受けてみましょう。

writer=丸山

●睡眠薬の使い方

睡眠薬を使わなければ、とまで思う頃には、睡眠障害だけではなく、不規則な生活、体のだるさ、
精神的不安定などのさまざまな症状に悩まされている人が多いようです。

睡眠時間は、日中にすっきり活動できる程度のものが、その人に合った睡眠を取れていると言え

ます。

日中眠くてたまらなかつたり、寝つきが悪い、夜中に何度も目が覚めるなどの睡眠障害が続くようなら、医師の診察を受けて治療することをおすすめします。

睡眠薬は、精神的な安定の目的で使われることもあります。また、向精神薬を睡眠障害の治療に使うこともあります。精神と睡眠はとても密接に関わっているのですね。

睡眠薬には、超短時間型、短時間型、中間型、長時間型などの効果が持続によって薬が分かれています。

睡眠障害のタイプによって、寝付きにくいだけのときは短時間、途中で何度も目が覚める場合は中間型、早く目が覚めたり、昼間の不安が強い場合は長時間といったように使い分けられます。

睡眠薬には副作用があり、翌朝に眠気や疲労感が残ったり、力が入りにくくなったり、睡眠薬の成分が体に残っている間に記憶や判断力が落ちたりします。

ほとんどの睡眠薬は、ベンゾジアゼピン系という化学構成でできていますが、非ベンゾジアゼピン系という、より副作用を軽くしようと開発された薬もあります。

長期的に睡眠障害を感じている場合は、薬局で購入できる睡眠改善薬ではなく、病院で受診して、自分に合った睡眠薬を処方してもらうことをおすすめします。

writer=丸山

4. 薬物 依存症

●薬物依存症とは

薬物依存症とは、脳に作用する働きのある薬物に対して依存する精神疾患のことです。

薬物には、麻薬や覚せい剤だけではなく、お酒に含まれるアルコール、タバコのニコチンなども含まれます。

習慣性のある薬物は、精神的、身体的に依存を深め、やめようと思ってもやめられないというレベルを超して、常に体内に薬物がないとられない状態にまで依存してしまいます。

薬物を体に取り込んだとき、はじめは少量で気分が高揚したり、落ち着くなどの精神的効果が得られます。

依存症となる原因として、この精神的効果を得るために繰り返し薬物を取ると、以前と同じ量では効かなくなるという薬物の耐性があげられます。

薬物依存症の身体的原因である耐性は、一定期間、薬物を取らなければ改善できますが、精神的な依存を改善することが難しいと言われています。

入院などで薬物を絶っても、退院後少しでも取ってしまうと、あっという間に元に戻ってしまうというから、恐ろしいものですね。

writer=丸山

●薬物依存症のいろいろ

薬物依存症には、アルコール、ニコチン、麻薬、覚せい剤などがあります。

どの薬物も、摂取すると脳に作用して気分や体調が変化します。

アルコールへの依存は、お酒の飲みすぎにより、仕事のミスや遅刻が多くなったり、家事などやるべきことが手につかない、対人関係の悪化などが起こります。

タバコは、ニコチンという薬物が含まれていて、抹消の血管を収縮させ、その結果、血圧が上がって気分が高揚します。

ニコチンの摂取を続けると、血流が悪くなって、吐き気、頭痛、不眠、苛立ちが起こり、さらにニコチンを摂取して改善しようとする薬物への依存が強くなります。

タバコをやめようとする人は、長い間、毛細血管が収縮していたため、体中に激しいかゆみが出ることもあるようです。

麻薬や覚せい剤というと、ヤバい人から買って、幻覚を見ながら廃人になるまで飲むようなイメージがあるかもしれませんが。

実は最近では、繁華街でダイエット薬や試験の成績がよくなる薬と声をかけられたり、主婦の間でダイエット、体調がよくなるとひそかに流通していたりと、意外と身近に存在しています。

体調や気分の悪さは、健康的な生活で改善できれば、お金も人生も豊かになるかもしれません。

writer=丸山