

くすりと健康のはなし

薬包紙

第91回

一般社団法人岐阜県薬剤師会
理事 金森 豊

ヒトの生物学的な寿命は約120年と言われているが、大多数は寿命を全うする前に病気にかかりその命が途絶えます。病気の性質が感染症型から現在生活習慣病・老化型に比重が大きく変化し、その時々リスク回避に大きく薬が貢献してきたことは間違いないです。

ワクチン、抗生剤の開発から感染症治療ができて、生活習慣病に対する薬も現在数多く使われ、健康維持に大きく貢献していると言っても過言ではないでしょう。生活習慣病・老化型のリスク回避は、主に血管保護であると考えますが、例えば血圧の薬では、血圧を下げることで、また糖尿病の薬では、血糖値を下げることは目先の目標で、本来は血管のリスク回避にあります。

このように、大きな目標を自覚することは、さらに人間が本来もつ生命力を向上させ、自己免疫を活性化させることにより、薬の効果をより著効させリスク回避になると考えます。

また、ヒトは生活の質の確保の

そこまできた「人生100年時代」

ため服薬をしますが、薬には副作用があり、薬剤師は服薬後の状態確認を医師とともに行っていきます。特に、自己にて認識できる、ふらつき、転倒、食欲低下、便秘、抑うつ、認知機能低下等は、有害事象の一つであり、回避できればよい良いです。

有害事象を回避するには、情報（いわゆる会話）が大切で、薬剤師が色々質問をします。一般用医薬品、サプリメントも含む全ての薬剤の把握、前述の体調変化は、より安全に薬とお付き合いできればとの願いです。

さらに、リスク回避には自己免疫の活性化が大切で、食事・運動・ストレス軽減はもちろんですが、人に生きがい・社会の中で役に立つ実感、いわゆる「トキメキ」を持つて充実した生活をしてもらうことこそ重要であると考えます。

最後に、いつまでも健康な生活を送れることは皆の願いであり、健康のリスクマネジメントである薬剤師に気軽に相談いただき、健康長寿を目指す一助にしてください。