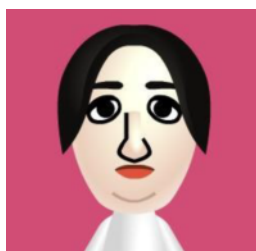




新年あけましておめでとうございます



よいお年をお迎えになりましたでしょうか？ 私ども四つの薬局はおかげさまで、皆さまからの暖かいご支援、ご指摘をいただき、元気に新年を迎えられたことに、改めて感謝いたします。さて、去年は薬事法が改定され、薬局以外でも登録販売者がいれば、薬？が買える制度となりました。一見便利なようですが、過去に起きたリド・マド・スシなどの薬害は大衆薬が原因です。ますます、薬の専門家であり街の科学者としての薬局活動が、安心して暮らし続けられる街づくりに重要になっていると心しております。また、後発医薬品の更なる使用、質がよく安い材料の販売などにも努めて、皆様の負担を少しでも軽減していきたいと思っております。薬だけでなく、健康・介護のことなど気軽に薬局に相談にいらしていただけますよう、お待ちしております。

たまち薬局 吉岡優子



今年は診療報酬の改訂される年となります。とりわけ、政権交代に伴う事業仕分けでは、「見直し」「縮小」など、今後の医療・介護分野の事業への懸念を残す結果となっています。医療費の総額の上昇の圧縮ばかりが議論されて、医療・介護サービスの低下に拍車がかかっています。漢方薬の保険適応除外や、医療用医薬品のコンビニ販売へのシフトなど、まさに「保険はずし」が急速に進んでいるのです。

一方で、政権交代をはじめ、多くの世論が政治を動かすことも経験しました。医療の質の向上とわかりやすさの追求など、地域医療の担い手として今年も職員一同がんばっていきます。

ことぶき薬局 加藤剛



おかげさまで、ひまわり薬局は開局してから16年目になろうとしています。この間、西部友の会の会員様や利用者様から様々なご指摘をいただき、プライバシーの配慮などわかりやすい薬局になるよう努力してまいりました。今後も皆様からのご意見ご要望を参考にしつつ、地域のかかりつけ薬局として職員一同がんばっていきたくと思っています。今年もよろしくお願いいたします。

ひまわり薬局 林昭文



日々薬局窓口で会計していると、薬の一部負担金が大変高いと感じています。インスリン注射・抗癌剤・肝炎・心臓病など病気が重いと、一部負担金が高くなってしまいます。ジェネリック医薬品を積極的に推進していますが、それでも高額な負担金になる人は多くいます。経済的理由で健康が維持できなくなることを避けるため、少しでも負担軽減できるようにとりにくんでいきます。有効・安全・安価な医療活動を実施して、みなさまの健康と生活を守れるようにしていきたいと考えています。地域に根ざした「かかりつけ薬局」として、相談活動・お薬班会を積極的に行ない、これからもみなさまといっしょに歩いていきます。

みかん薬局 黒宮潔



眼 精 疲 労



今回は眼精疲労のお話です。

私たちは、細かい仕事やパソコン作業などで毎日目を酷使しています。疲れ目は日常よく経験する事ですが、単なる疲れ目として放置しないで、早めの診察と治療が大切です。

おもな症状

目が疲れる。ぼやける。かすむ。涙が出る。

●目が痛い。充血する。しょぼしょぼする。

その他、からだの症状として、「肩こり」「倦怠感」「頭痛」「めまい」など

おもな原因

◆目の病気

- ・近視・乱視・老眼やその矯正不良、ドライアイ、白内障、緑内障
- ・斜視（両目の視線が一致せずに左右別々の方角を向いてしまうこと）
- ・眼瞼下垂（まぶた（眼瞼）が垂れ下がってくる病気です）

◆環境や目の使いすぎによるもの

◆体の病気、精神的なストレスの影響

治療

◆「調節機能改善薬」 コバラム点眼液

ビタミン B12 であるシアノコバラミンです。1 回 1 滴を 3~5 回点眼します。

乾燥には、「人工涙液」「角膜上皮障害治療点眼剤」などが使われたり、「調節機能改善薬」や「調節麻痺薬」、「散瞳薬」なども使用されます。

よくある質問

Q 目の疲れによく効く食べ物は？

A 疲れ目の原因を調べて対応することが大切です。決してそれだけで効果が期待できる食品やサプリメントがあるわけではありません。やはりバランスのよい食生活が基本です。

Q 市販の目薬のほうがよく効く気がする。

A 市販の目薬は、「充血をとる成分」「スッキリさせる成分」などが配合され、さし心地は良いですが、有効成分の濃度が低いです。自覚症状の改善は期待できますが、本来の治療には不十分です。

文責：加藤剛

出典：Practical Ophthalmology、眼科 45：1731~1736, 2003.

眼科ケア 2006 冬季増刊、眼科診療プラクティス II