



サフラン便り

第51号 23年6月15日発行

発行：佐賀県薬剤師会女性薬部会

佐賀市本庄町大字本庄 1269-1

TEL:0952-23-8931 FAX:0952-23-8941

<http://www.sagayaku.or.jp/josei/index.html>

東日本大震災ボランティア報告

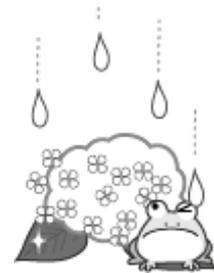
武雄杵島支部女性薬委員 江口しずか

活動日程：5月1日～6日

- ・8:00 全体ミーティングの途中でフェリー気仙沼港にて神奈川県DMAT(聖マリアンナ病院)に合流し、大島へ移動
呼吸器専門のDr.1名、ERのDr.1名(被災者)、インターンのDr.1名と地元の女医計4名と薬剤師が4名(翌日は2名)、PT2名、看護師3名の編成で活動開始する。
- ・大島役場でミーティングを済まし、仮診療所となった大島小学校で業務を行う。GW中に2次非難が行われ体育館には、数名の避難者しか残っておらず、往診、訪問看護を実施。
- ・調剤棚は、手作り(ダンボール)で、分かり易く症例別に配置。種類や数量が少なく、代替え調剤は勿論、OTCで対応する事も多かった。慢性疾患他、破傷風、頭蝨、COPD急性増悪、蕁麻疹、おむつかぶれ、主婦湿疹、心不全、栄養失調、高血圧(200/100)以上が多く、5/1に水道が復旧した為に、髪染めして頭皮が爛れたり、水運搬の為に筋肉痛を起こした患者が多かった。
- ・処方箋が不足し、口頭調剤があったり、嚥下困難の相談、手分包(1回分を小さなビニール袋に小分)を行う。同種同効の代替え調剤は全て任せられ、他に、症例による処方薬の相談、サプリの併用、輸液や針の相談と準備や風邪の初期患者は、OTCでの対応で一任された。

主なDr.からの相談内容

- ・アルツ(高粘度ヒアルロンサン皮下注)の針のゲージ・・・18Gもしくは、21G
- ・COPD適応でスピリーバ代用できる医薬品・・・アドエア250μディスカスの提案
- ・おむつかぶれ・・・軟膏剤の備蓄が少なく、オイラックスとアズノールで対応
- ・皮膚角化(ステロイド投与により悪化していたケース)・・・OTCザーネとワセリン
- ・蕁麻疹・・・抗アレルギー剤にサプリとしてカルシウム併用
- ・眩暈、息切れ・・・在庫がソリタ1号のため50%ツッカーを投与
- ・急性の高血圧に対するアダラートの舌下投与
- ・スミスリン(頭蝨)の使用法



物が無いのと緊急を要するので、臨機応変が原則だった。まさに、「野戦病院」とはこの事と感じた。

他に、「おくすりノート」を作成、14日投与から30日投与切り替えのための備蓄のプランを作成しました。

- ・薬剤師として信頼頂き、「明日も入って下さいね」とDr.方に声かけ頂いた事が、薬剤師冥利につきました。ボランティアに参加させて頂きました事に、感謝いたします。

日本女性薬剤師会発行 災害時薬剤師必携マニュアルより

医療人として、また女性の視点から災害を把握して、迅速に対応し救援行動をするためのマニュアルを作成しました。普段から災害防止策に関心を寄せるとともに災害時に、救援活動に参加し、被災者の健康の確保に貢献していただきたい。(近藤由利子会長 序文抜粋)

(日頃から心掛けておくこと)

- * 災害発生時の患者の誘導などを含め薬局内防災訓練を実施する
- * 地元の医療機関、病院薬剤師との交流を日頃より密にしておく
- * 災害時の医薬品卸業者との交流を日頃より密にしておく
- * 勤務者との連絡方法、集合場所などを決定するなど薬局内で災害時の対応について話し合う
- * 市町指定の避難場所などの場所を確認しておく

<放射線の基礎知識>

- ・放射線とは：直接または間接に空気を電離（電気を起こす）させる粒子線や電磁波。電離させるくらい強力なエネルギーを持ち、目には見えず、においもなく、受けても痛みはない。
- ・放射能とは：放射線を出す物質のこと。（放射性物質、放射性同位元素 RIともいう）核種によって半減期や放出する放射線の種類やエネルギーが決まっている。
- ・放射線の種類：自然放射線（宇宙、大地、食物で受ける）人工放射線（工業、医療で用いる）
α線、β線、γ線、x線、p（陽子）線、n（中性子）線など種類によって性質が異なる
- ・放射線に関する単位

放射線の単位 = eV (エレクトロニック ボルト) 放射線のエネルギーを表す単位 $1\text{eV} = 1.6 \times 10^{-19}\text{J}$ (ジュール)

放射能の単位 = Bq (ベクレル) 旧単位はキュリー 単位時間内に原子核が崩壊する数を表す

Bq が大きいほど放射線物質の崩壊が盛んなことを示す。核種によって放射線の種類やエネルギーが異なるのでこの値だけでは被爆総量は算出できない。

被ばく線量の単位

- ・吸収総量（物理的総量）= Gy (グレイ) 放射線が物や人に当たった時にどれだけのエネルギーを与えたのかを表す。放射線を受けた物質 1 kg に 1 ジュールのエネルギーを吸収した場合に 1 Gy となる
- ・実効線量 = Sv (シーベルト) 人体の組織や全身に与える影響の大きさを表す。吸収線量に放射線の種類やエネルギーによって定められた放射線荷重係数を掛けて算出する。放射線荷重係数はα線や中性子線では大きく、β線、γ線、x線では小さい (α線、β線、x線では $1\text{Gy} = 1\text{Sv}$)

<薬草春菜で健康づくり> 報告

4月24日徐福長寿館にて山口浩子先生のご指導の下、一般の方を対象に薬草教室が開催されました。女性薬委員たち6名はそのファシリテーターとして参加しました。

①食材採取・春の薬草観察

②調理実習及び試食

- ・薬草天ぷら（芹、ヨモギ、ク、シカンボウ、ドクダミ、キナンド、ミバ、タネホ、オハコ、ツバキ、フジ等）
- ・薬草サラダ（オランダガラシ、キンカ、オハコ、タネホ、スミ、ヒル、ハコ、ツバキ、フジ等）
- ・ご飯（サフランライス、クコご飯）・薬草団子汁（ショウガ、ヨモギ団子）・デザート（クコスコーン）

※クコスコーンのレシピ

材料：お餅ケキックス 200g 牛乳 25cc 卵 25g バター 50g クコの実大さじ1杯 ハーブ粉末大さじ1杯

作り方：1、バターは冷たくし、1cm角に切っておく

2、お餅ケキックスにバター、ハーブ粉末を加え、手で混ぜてバターと粉をなじませポロポロの状態にする。

3、2に牛乳と卵を入れ、クコの実も入れてまとめる。

4、3を1.5cm程度の厚さにのばし、4等分して200度に余熱したオーブンで12分程度焼く



<診療ガイドライン薬剤コース 前期スクーリング講座 開催のお知らせ>

日時：平成23年9月4日（日） 9時00分～14時40分（予定）

場所：薬剤師会 2階 研修ホール

内容：糖尿病 うつ病 加齢に伴う眼科疾患 妊娠・出産



<ちょっと一言>

自転車で信号待ちの私を呼び止め、庭の紫陽花を持っていけと おじさんに声をかけられました。昨年と同じ日にも出勤する私に紫陽花を渡したと日記に書いていたそうです。それを聞いて、有り難い気持ちと何百年も前の伝説や言い伝えも毎日の真実の記録なんだろうな、疎かにしてはいけななと感じました。今、日本中で節電の心得が雑誌にも載っていますが、私の子供の頃は当たり前だったなと懐かしくも思います。便利さを勘違いした怠け者にならぬように気をつけよう。因みにアジサイは見るもの、季節料理の彩りは口にしない！『アジサイで薬剤師が食中毒』なんて恥ずかしいから。（島田）