



しゅうじつ薬局だより 第45号

就実大学薬学部附属薬局 令和6年4・5月号(春号)

岡山市北区田益 1291-1 TEL:086-294-9100

しゅうじつ薬局



★処方せんの有効期限は発行日を含め4日以内です。当薬局は在宅介護対応薬局です。

★営業時間：平日8時半～18時。全国の医療機関の処方せんを受付いたします。

肺の働き

肺は気管や気管支によって鼻や口とつながっています。気管支は枝分かれをしながら次第に細くなっていき、最終的には肺胞という非常に小さな袋の集まりになります。この肺胞の周りには多くの血管が存在しており、肺胞と血管との間で体内に取り込んだ**空気中の酸素や二酸化炭素のガス交換**を行なっています。



人間は食物を摂取することでエネルギーを補給しますが、このエネルギーを体内で使われるようにするためには**酸素**が必要となります。体内で使われるエネルギーを作った後には酸素は老廃物である**二酸化炭素**になり呼気中に排泄されます。

肺の病気と予防

【**肺炎**】肺が細菌やウイルスなどの病原体に感染することで、肺の中、特に肺胞に炎症が起こっている状態です。主な症状は**発熱、咳、たん**などで、風邪と間違われやすいです。



予防：毎日の**感染対策**と**ワクチン接種**が挙げられます。日頃からうがい、手洗い、マスクを着用することが大切です。ワクチンは特に65才以上の方に成人用肺炎球菌ワクチンの接種が強く推奨されています。

【**肺癌**】肺から発生するがんで、多くの場合はかなり進行するまで症状が現れませんが、進行すると**咳や痰に血が混ざる**などの症状が現れ始めます。

予防：1次予防と2次予防があります。1次予防では肺がんにならないため、**禁煙することとPM2.5を大量に吸い込まないことが**大切です。2次予防は、**胸部X線検査、喀痰細胞診、CT診断**を受けることであり、40歳を超えたら毎年1回は胸部X線検査を、さらに50歳以上で喫煙習慣のある方は**喀痰細胞診**を受けることが推奨されています。

【**COPD**】慢性閉塞性肺疾患であり、タバコやPM2.5などの有害物質を習慣的に吸い込んだため、肺に継続的な炎症が起こる病気です。主な症状は**持続的な咳や痰、息切れ**などです。

予防：**禁煙すること、身体を動かす習慣を作ること、健診・人間ドックを受ける**ことが挙げられます。特に健診を受けることで肺のサイズや形などが観察でき、人間ドックで呼吸機能がわかり、肺の状態を総合的に把握できます。

禁煙補助薬について

バレニクリン(飲み薬)

病院の禁煙外来で処方され、健康保険が使えます。ニコチンを含まない飲み薬です。禁煙時の離脱症状だけでなく、喫煙による満足感も抑制します。禁煙を開始する1週間前から飲み始め、12週間服用します。



ニコチンパッチ(貼り薬)

薬局・薬店で購入できるものと禁煙外来で処方されるものがあります。ニコチンを皮膚から吸収させる貼り薬です。毎日1枚皮膚に貼り、離脱症状を抑制します。禁煙開始日から使用、8週間の使用期間を目安に貼り薬のサイズが大きいものから小さいものに切り替えて使用します。高用量の剤形は医療用のみです。(健康保険が使えます。)



ニコチンガム(一般医療用医薬品)

薬局・薬店で購入できます。口の中の粘膜からニコチンを吸収させるガム製剤です。タバコを吸いたくなったときに1回1個ゆっくり間をおきながらかみ、離脱症状を抑制します。禁煙開始日から使用し、12週間の使用期間を目安に使用個数を減らしていきます。



しゅうじつ薬局イベント情報

🌸 **4月** 🌸 **麻疹ってなに?**

🚭 **5月** 🚭 **禁煙について**
イベントの詳細は薬局のホームページやSNSをご確認ください。



言葉の由来クイズ

ウスターソースの「ウスター」の由来は何でしょう？



- ①開発した料理人の名前
- ②開発を命じた貴族の名前
- ③ソースが誕生した地域の名前

(正解)「ウスター」は「ウスターシャー」の略で、イギリスのウスター地方が語源です。【答え】③