

健康サポート薬局 情報発信の取組み

スマート ライフロング プログラム

健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2021 年 10 月 23 日

申請企業名	ライフエンタープライズ株式会社
開催店舗名	ハーブランド薬局沼南店
店舗住所	千葉県柏市大津ヶ丘4-25-5
催事名	薬剤師・管理栄養士によるフレイル予防相談会
開催日	2021 年 10 月 12 日
催事内容	<p>1:目的 地域住民の健康維持・増進のための啓蒙活動。フレイル予防についての素朴な疑問・質問への回答。フレイルとはどんな状態か、予防するための服薬指導、食事や運動について理解を深めて頂き、フレイルによる心身機能の低下や社会性の低下を防ぐ。</p> <p>2:集客方法 店頭・投薬台の掲示物による周知 声かけによる告知</p> <p>3:開催の内容・様子 相談者:膝を悪くして、3回、水をぬきました。ロキソニンと抗生剤を処方され飲んでますが、なかなか、痛みがとれません。何かいい、お薬ないでしょうか？ 薬剤師:こんにちは。薬剤師の曾我部と申します。早速ですが、膝を悪くしたというのは膝が痛くなったということでしょうか。膝に水が貯まるようになったということでしょうか。膝に水が貯まる原因は色々ありますが、変形性膝関節症や半月板損傷、靭帯断裂、偽痛風などがあります。通常膝の水を抜くだけで抗生剤を出すことは稀なので何か感染性の関節症が疑われたのでしょうか。 鎮痛薬は急性期の痛み、慢性期の痛みによって使い分けています。痛み出したのは最近ですか？ 相談者:2週間くらい前だったと思います。正座椅子に、座って、立ち上がろうとした時に、急に、右膝が痛くなって、何かなあとは思っていました。しばらく、様子を見ようと思ってたら、だんだん、痛みだし、腫れてきたので、救急で、病院に行きました。水がたまってますとの事で、初めてぬきました。それから、仕事も、はじめて、また、痛くなって、そんな繰り返しが続きました。安静と言う事でギプスされました。 薬剤師:2週間ということであれば急性期の痛みです。 基本的には現在内服されているロキソニンやセレコックスがfirst choiceになります。 胃潰瘍やアスピリン喘息などの既往があればカロナールが選ばれますが先述の薬と比較すると鎮痛作用は弱いです。また、安静も大事な治療の一つです。 穿刺した液は血の色でしたか？黄色透明でしたか？血の色であれば関節内の骨、靭帯、半月板の損傷が疑われます。 相談者:抜いた水の色は、黄色透明でした。腫れがひいて、痛みがなくなるまで、安静という事でしょうか？あまり、痛み止めを服用すると、効かなくなると、聞きますが、飲み続けても問題ないですか？ 薬剤師:黄色透明であれば関節炎(変形性関節症、化膿性関節炎、偽痛風など)が疑われます。抜いた液を検査には出されてしまったか？腫れていて痛みがあるということは炎症を起こしているということです。歩いても痛みが問題ない程度までは安静にしているほうが無難ですが私が診断書は書けないので主治医の先生と時期に関しては相談してください。 短期の服用では耐性は出ないと言われてます。痛みを我慢するメリットはありません。痛み止めを使って、痛みをコントロールすることが重要です。 相談者:日曜日まで、安静と言われていたので、来週から、仕事に、復帰する予定です。抜いた水は、検査には、出してくれてます。他の整形外科でも、偽痛風かもと言われました。ギプスをしてもらいましたが、よけいに、痛いので、外してもらって、安静にしたいと思います。左足が痛くなってきたので。 薬剤師:関節液の検査はだいたい1週間ぐらいかかります。そこでピロリン酸カルシウム結晶が出ていれば偽痛風と診断することが出来ます。骨や靭帯、半月板に損傷がなければギプスは必須ではないです。 痛み止めを使って炎症をおさえながら仕事復帰を目指してください 相談者:分かりました。ありがとうございました。</p> <p>※薬剤師からの回答で治療と服薬への理解が深まり、大変安心した様子でした。 相談会実施により相談者の不安解消とアドヒアランスの向上に繋げることが出来、フレイル予防に貢献できたと思われる。</p>
活動写真	