

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: 2023 年 2 月 25 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	血圧相談会
開催日	2023 年 2 月 14 日 ~ 2023 年 2 月 14 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。 管理栄養士または薬剤師の相談による生活習慣病の予防、 普段の食事や生活を見直すことで疾患悪化の予防を目指します。</p> <p>2、内容 血圧増加を予防する生活改善、食生活の見直しについて提案</p> <p>3、集客方法 店頭・受付・投薬台の掲示物による周知 コーナー設置による関連商品の展示 当日の声かけ</p> <p>4、開催の様子 当日の相談会参加人数は1名でした。62歳、女性、血圧を下げる薬を長期的服用中。 最近血圧の数値が正常内のため、お薬を中止して食生活だけで今の血圧を維持するよう しても問題ないかと相談を受けました。薬の服用に関しては、服用中だからこそ正常値になっ ているだけの可能性もあるため継続するか中止するかは医師としっかり相談してみてください ね。食生活においては、塩分や脂質の摂取配分を気を付けてみましょう。味付けにすぐ塩を使 うのではなく、だしを使用したり、減塩された調味料を使用する方法もありますよ。脂質もお肉 などの動物性からだけでなく、ピーナッツ等から摂取できる植物性の脂質は便秘を改善したり、 血液をさらさらにするなど体の調子を整えてくれるものもあるので意識的に摂ってみましょうと お伝えしました。今後も地域住民の健康維持、改善のため身近な相談者となり、患者様に合っ た生活改善を推奨していきます。</p> <p>5、参加者人数</p>
活動写真	