

# 保険薬局における 薬剤師が行なう更年期女性のヘルスケア

岩下 弘美  
(有)エスティバン あすなる薬局

# 保険薬局における 薬剤師が行なう更年期女性のヘルスケア

- 更年期医療とのかかわり  
検査、投薬等の治療が必要  
処方箋受付⇒調剤、服薬指導
- ヘルスケアへの取り組み  
疾病の予防  
健康生活の提案
- 女性の健康づくりを支援する環境整備  
鹿児島県「女性の健康サポート薬局」
- 今後の課題

# 更年期医療とのかかわり 健康Stationとしての薬局の機能

- 処方箋に基づいた調剤業務
- 疑義照会（薬剤師法第24条）
- 医療安全の確保 & 医薬品の適正使用
- Pharmaceutical Care  
患者のQOLを改善する明らかな結果をもたらすため、  
責任を持って薬物療法を提供すること
- 診察と診察の間のフォロー、  
アフターサービス

# 更年期医療の中での薬剤師の業務 「先生に言い忘れたことはありませんか？」

- HRTの処方箋を受け付けた時・・・
  - (1) 薬剤の種類と使用法に関する説明
  - (2) 禁忌となる疾患や併用禁止薬がないことの確認
  - (3) HRTに予想される有害事象の確認と起こった場合の対応の説明
  - (4) 日常生活指導やサプリメントについて

〈第24回日本更年期医学会学術集会WSから 倉林 工先生〉

# Pharmaceutical Care

「薬剤師は患者さんがその日最後に会う医療提供者」

- 説得力のある薬剤師が、
- 患者さんの気持ちを理解（受容と共感）し、
- 病態・総合的な状態を把握（医学・薬学知識）し、
- 信頼を得た後、
- 服薬の重要性を強調しながら交渉すると
- 患者さんの不安を取り除き、
- 患者さん自身に気づきを促し、
- 医薬品の適正使用を高める

[Credentials 9月号 糖尿病治療最前線 笠原徳子氏(東京都立川市 よつ葉薬局)]

# あすなろ薬局での取り組み

## 待合室・相談室の環境



# あすなろ薬局での取り組み 美容 & こころの健康サポート

- スキンケア&メイクアップ  
カラーコーディネート講習会



お肌の美しさは、女性の自信につながる。

- アロマセラピー教室

香りは心を動かします。

自分が好きな香りを使っているうちに、  
気がつくと体の調子も良くなっている。



# あすなる薬局での取り組み

## 薬局外での健康教室

### ■ クリニックでの 健康教室

頭痛、骨粗鬆症、認知症予防 等



### ■ 市民健康課

更年期のヘルスケア教室

講義、アロマセラピー、ヨガ 等



より、多くの方に健康情報を届ける。

# あすなろ薬局での取り組み

## 健康的な食生活を支援する

### ■ 佐々木式食習慣アセスメント (BDHQ/DHQ)

あなたの食事バランスをチェックしてみました！

日本人の食事の特徴を考慮して作られた『食事バランスガイド』にしたがって、食習慣質問票 (BDHQ/DHQ) にお答えいただいた結果をまとめてみました。

ID1 : 00000 ID2 : 000 ID3 : 000

性別 : 男性 年齢 : 50 歳 7月24日・平成20年06月30日

日本の食事は、主食、主菜（肉・魚・卵、おかず）、副菜からできています。この3つに、日本人にとって不足しがちな栄養素を補ってくれる、乳製品と果物を加えて、5種類の食べ物をバランスよく食べることが、健康維持にたいせつです。

そこで、答えていただいた質問票のデータから、あなたの食事バランスを調べてみました。料理や食生活の改善力については、うらまをこらしてください。

|   | あなたの結果 | あなたの性と年齢からみた適量 |
|---|--------|----------------|
| <b>主食</b> ご飯、パン、めん、パスタなどが食べられます。穀類は毎食どの食卓でも、体を動かすエネルギーの元になります。                  | 6つ     | 6~8つ           |
| <b>副菜</b> 野菜がきのこ、いも、豆そうちを使った料理が食べられます。ビタミン、ミネラルの供給源で、体の調子を整えてくれるものが食べられます。      | 6つ     | 6~7つ           |
| <b>主菜</b> 肉や卵、魚を使った料理や豆腐、納豆など大豆を使った料理が食べられます。たんぱく質などの供給源で、体をつくる元になるものが食べられています。 | 7つ     | 4~6つ           |
| <b>牛乳・乳製品</b> 牛乳やチーズ、ヨーグルトが食べられます。カルシウムの供給源で、しよりの健康をつくるのに欠かせません。                | 0つ     | 2~3つ           |
| <b>果物</b> りんご、みかんなどが食べられます。ビタミンC、カリウムなどの供給源で、体の調子を整えてくれるものが食べられています。            | 2つ     | 2~3つ           |

### ■ マクロビオティック料理教室



実際に、一緒に作ってみましょう。

エビデンスに基づいた栄養指導

# あすなる薬局での取り組み 薬剤師のためのスキルアップセミナー



「薬局でできる  
女性の健康支援 研修会」  
明日から実践できる技術を  
習得する。

HAP (Healthy Aging  
Projects for Women)  
<http://www.hap-fw.org>

# 鹿児島県指定 「女性の健康サポート薬局」

- 「女性の生涯にわたる健康サポート事業」  
性差を考慮した医療の推進や女性の健康づくりを支援する環境づくりを医療機関や産業界と協働して進めている。
- 平成18年度 「女性にやさしい医療機関」  
女性が受診及び相談しやすい医療環境を整備している医療機関を指定。
- 平成19年度 「女性の健康サポート薬局」  
健康づくりに関するポスターの掲示や資料の配布等により女性の健康づくりの普及啓発を図る目的

# 「女性の健康サポート薬局」 指定要件

- (1) 健康かごしま21推進薬局である。
- (2) 女性薬剤師，または複数の薬剤師を配置。
- (3) 県薬剤師会が開催する「女性の健康支援セミナー」を受講し，女性の健康問題や性差医療に関する専門的知識を有する薬剤師を配置
- (4) 女性の健康相談に対応できる時間と空間を確保。
- (5) 女性の健康問題に関する普及啓発や情報提供を行う。
- (6) 女性の相談内容に応じて，本人の了解のもと，医療機関や相談機関等関係機関と連携を図ることができる。

# 今後の課題

- ワクワクするような健康教室、研修会等の企画、実行
- 意欲的に情報発信して認知度UP
- 医療Concierge的な役割
- 医療提供者間のネットワークづくり
- 情報共有、相互理解のための学会参加

# 謝辞

今回、講演の機会を与えていただきました第25回日本更年期医学会学術集会会長 堂地 勉先生ならびに座長の労をお取りいただきました小山嵩夫先生、河端 恵美子先生に深甚な謝辞を捧げます。

ありがとうございました。