

クリニック通信

はなみずき



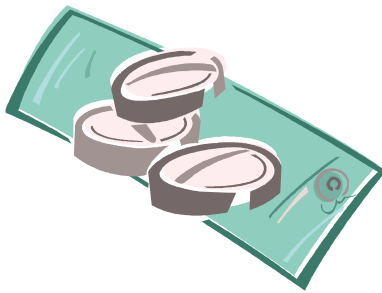
まだ暑い日が続きます。熱中症には十分注意してください。食中毒も多い時期です。手洗い・食品の取り扱いにご注意を。



くすりの飲み合わせに注意 くすり手帳を活用しよう！

複数のくすりを飲んでいて、「くすりの飲み合わせ」が問題になります。飲み合わせによっては、薬の効果が弱くなったり、逆に強くなったりして危険です。重大な副作用が起きる場合もあります。また、複数の病院にかかっている方は特に注意が必要です。したがって、自分がどんな薬を服用しているかについて、医師または薬剤師にすべて伝えて下さい。また、過去に薬剤アレルギーがあった患者さんは、そのことも伝えてください。

風邪薬を飲むだけだったら大丈夫、とか、ご自分



で決め付けしないで下さい。

薬を飲むときに注意しなければならないことは、自分がなぜこの薬を飲む必要があるのかを知っておくことです。その上で、この薬はどういった作用があるのかを理解しておくことが大切です。ですから、わからないことがあったら、医師や薬剤師に聞いて確認してください。

とは言っても、くすりの名前はなかなか覚えられません。また、まぎらわしい名前もあります。よく「高血圧のくすりを飲んでいる」とか「青っぽい細長いくすりを飲んでいる」とかおっしゃる方がいますが、これはあまり役立ちません。くすりの名前が正確でないと役に立ちません。

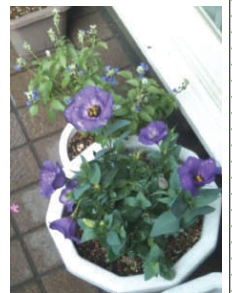
こういった場合には役立つのが【くすり手帳】です。

複数の薬を服用している方、複数の病院で薬をもらっている方、必ず【くすり手帳】を利用して下さい。そして受診時には必ずおもちください。本当に役に立ちます！

Dr. みわの一口コラム：我が家のトルコ桔梗をご覧下さい！



トルコ桔梗が一番好きな花のひとつです。数ヶ月前、仕事帰りに花屋さんの店先にトルコ桔梗の鉢植えを見つけました。鉢植えは珍しいし、切花よりも小さめですが、とても可憐で早速購入しました。「長持ちしますか？」と花屋さんに聞いたところ、「切花と同じぐらい楽しめれば良いと思ってください。」とのこと。その通り、2週間ほどで花が落ち葉だけになってしまいました。ところが、夏になってまたつぼみを沢山つけ、買ったときよりも大きな花を咲かせたのです。なんか、得をしたような気持ちです。毎朝庭先で眺めるのが日課で、心を慰められています。皆様にもお披露目を！



手のふるえ：くすりが原因のことも

手のふるえの原因にはさまざまな病気があります。今回は、くすりが原因でおきる手のふるえについて説明します。



いろいろな種類のくすりが手のふるえの原因となります。特に、高齢者の場合には、くすりの副作用が出やすいので注意が必要です。ここで、注意しなければならないのは、くすりを飲み始めたらすぐに手がふるえるとは限らないということです。くすりを飲み始めてしばらくしてから、だんだんと手のふるえが悪化してくる場合が多いのです。そのため、ふるえの原因がくすりであると気がつかないことも多いわけです。

では、ふるえを生じやすい薬にはどのようなものがあるのでしょうか。代表的なものは「精神安定剤」と「抗うつ薬」です。精神安定剤の中には、ふるえだけではなくパーキンソン病類似の症状(動作が緩慢

になる)を起こす場合もあります。「吐き気止め」を長期間服用してもふるえが生じることがあります。また、喘息の治療薬の「気管支拡張薬」もふるえの原因になります。その他、ある種の免疫抑制剤、てんかん薬などでもふるえが出る場合があります。くすりではありませんが、コーヒーの飲みすぎ(カフェイン過剰)でもふるえがおきます。



一般に、くすりの副作用は、くすりを服用した人のごく一部に起きるだけなので、心配しすぎも禁物です。一方で、手のふるえが急に出てきたり、だんだんと悪化する場合には、原因のひとつとして「くすり」の可能性を考える必要があります。このような場合には、医師にご相談下さい。

☆ スタッフから ☆



「幸せそうだね」と何故か言われます。自覚はあまり無いのですが、よく笑っているかもしれません。道で遭遇したワンコに「可愛い!」、歩道のお花に「綺麗!」、部屋の窓を拭きあげ「なんてスッキリ!」、冷蔵庫の残り物を集めただけの料理に「美味しい!」、日々「私って偉い♥」と自画自賛しているようです(笑)。幸せに見える要素。笑う事。感動する事。自分を褒める事。そんな簡単な事かもしれません。幸せそうにしていれば本当の幸せが寄って来るような気がします。皆さんも試してみてくださいはいかがですか?☺ (受付事務 M.H.)



クリニック通信のバックナンバーをご希望の方はどうぞ受付までお申し出下さい。



みわ内科クリニック

西東京市下保谷4-12-2メゾン泉1F

電話 042 (438) 7188 FAX 042 (438) 7187

ホームページもご覧下さい。 <http://www.miwaclinic.net>