

# もっと知りたいクスリの話

## 第7集 薬の保管方法について

山都町立蘇陽病院 薬剤科 奥村真利子  
監修 院長 水本 誠一

病院で処方された薬を、どのように保管していますか？薬の保管には、いろいろ注意しなければなりません。

今回は、薬の保管方法についてお話しします。

### ●光、温度、湿気には注意しましょう。

- ◆直射日光を避ける。凍結するような場所は避ける。
- ◆車の中や暖房器具の近くなど温度が高くなる場所は避ける。
- ◆粉薬などは水分を吸収しやすいので、湿度が高い場所には置かない。

薬を冷蔵庫内で保管すると温度差の影響で湿気をおびることがありますので、室温でフタの閉まる缶等に乾燥剤を入れて保管した方が良いでしょう。

ただし、シロップや坐薬など「冷所保存」の指示がある時は、冷蔵庫に入れて保管してください。

### ●子どもの手の届かないところに保管しましょう。

子どもが誤って薬を飲まないように、保管場所には十分に気をつけるようにして下さい。

### ●区別して保管しましょう。

容器が似ていて間違えそうな薬は、別々に保管しましょう。

### ●ほかの容器に移し替えないようにしましょう。

服用方法が違う薬を、まとめてひとつの薬袋やほかの容器に入れ替えると内容や使い方が分からなくなり、誤飲の原因になります。

### ●市販薬の外箱には、使用期限が書かれていますので薬を飲みきってしまうまでは捨てないようにしましょう。また、説明書には、効能・服用方法など大事な情報が書かれていますのでなくさないようにして下さい。

### お薬 ひとこと

保管方法が悪いと、薬の効果が影響を及ぼします。



神事「刈初め」に臨む、甲斐町長、藤川議長、水本院長

9月1日、新しい蘇陽病院の本体工事起工式が行われました。建設場所となる蘇陽中学校馬見原分校跡地で行われた起工式には、甲斐町長や水本院長をはじめ病院関係者や町議会議員のみなさん、そして区長さんや地域のみなさんなど約50名が参加し、工事期間中の安全を祈願しました。

病院本体工事の工期は9月1日から平成24年8月31日です。平成24年中の開院を目指して工事が進められます。

### 新病院 建築起工式

スタートしました。

# 蘇陽病院だより

## ～蘇陽病院基本理念～

「へき地医療拠点病院として、患者様に信頼される良質な医療を提供し、地域住民に親しまれる病院を目指します。」

# 知って得する健康講座

## 第35集 「むずむず脚症候群」

山都町立蘇陽病院 神経内科 光藤 尚  
(埼玉医大 神経内科)

「むずむず脚症候群」という名前をご存知ですか？

この病気は睡眠障害の原因として、近年注目を浴びている病気です。1672年に医師トーマス・ウィリスが初めてこの状態を述べた歴史のある病気です。睡眠障害と言うと大きく分けて入眠困難（寝つきが悪い）と中途覚醒（途中で目が覚めてしまい眠れない）がありますが、むずむず脚症候群は入眠困難型の睡眠障害を起こす代表選手です。（余談ですが、中途覚醒型の睡眠障害の代表選手はうつ病です。）

今回は、むずむず脚症候群についてご説明します。

むずむず脚症候群の主な症状は以下の4つです。

- ① 足を動かしたくてたまらない衝動感・不快感
- ② 休んでいる時や、じっとしている時に悪化する
- ③ 足の運動により軽減・消失する
- ④ 夕方から夜に出現・悪化する

これらの症状はむずむず脚症候群の診断基準にも採用されています。夜眠れない皆さん、思い当たる症状はありませんか？



では、むずむず脚症候群の頻度ですが、わが国の65歳以上を対象とした調査では有病率が約1%、20歳から60歳を対象とした調査では有病率が4%とされています。有病率をみると女性と男性では女性の方が男性より1.5倍から2倍多いとされています。また、鉄欠乏性貧血や妊娠、腎不全（主に透析導入例）、パーキンソン病との関連も指摘されています。

ではどんな治療法があるのでしょうか？非薬物治療と薬物治療があります。非薬物治療では症状を悪くする嗜好品の就寝前の摂取をやめるなど症状を悪くする因子を取り除く他、入浴、歩行、ストレッチ、運動、マッサージなど症状を軽くするを行います。薬物治療としては鉄欠乏性貧血に伴うむずむず脚症候群では経口鉄剤を投与する場合があります。一般的な薬物治療としては、パーキンソン病の治療に用いられるドパミン受容体作動薬やレボドパ製剤といった薬を用います。

治療法のある睡眠障害ですので、症状を見て心当たりのある方は一度医療機関に相談してみてください。