

2009 年度
科別特論演習
医療衛生薬学演習I-i
報告書
東京薬科大学薬学部
セルフメディケーション：薬剤師の関わり方
The Role of the Pharmacist in Self-medication

保健機能を有する食品の有用性と
リスク管理の必要性

実施内容は、第7回 日本セルフメディケーション学会
(2009. 10. 17-18 慶応義塾大学薬学部芝共立キャンパス)
で発表しました。

第7回 日本セルフメディケーション学会
The 7th Japanese Self-Medication Academic Society

保健機能を有する食品の有用性とリスク管理の必要性
～薬学教育の立場から～

安藤 堅，早川磨紀男，松本有右
(東京薬科大学薬学部)

2009. 10. 17-18 慶応義塾大学薬学部芝共立キャンパス

【目的】

厚生労働省は、保健行政の一環として「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」を策定した。その中で国民自らが健康増進に努め生活習慣病を予防しようとする考え方、すなわち「セルフメディケーション」を推進している。とりわけ生活習慣病の発症に関わりの深い「食」を通じた健康づくりが求められるようになり、国民の関心も高まりつつある。反面、いわゆる健康食品と称される商品が広く世間に出回り、予期できない健康被害や誇大広告などの社会問題を引き起こしている。こうした現状に対して、一般住民に的確な情報を提供する立場として薬局薬剤師の果たす役割は大きい。

そこで今回、我々は保健機能食品の有用性や健康食品のリスク管理に対する薬局薬剤師の関わり方についての知識と態度を体得させることを目的として、実務実習を5年次に予定している薬学部医療衛生薬学科4年次生を対象に、保険薬局を訪問させ、健康食品による健康被害状況についてアンケート調査させる演習を企画・実施した。

本演習のSB0s（行動目標）

1. 保健機能を有する食品として市販されている「保健機能食品」、「特定保健用食品」、「栄養機能食品」、「健康補助食品」などについて、法律上の定義の有無、市場での販売の実態を説明することができる。
1. メタボリックシンドローム、生活習慣病などの予防に役立つ可能性のある特定保健用食品として、どのような商品が市販されているかを調査し、説明することができる。
1. 身近な保険薬局で、どのような保健機能食品、栄養補助食品、いわゆる「健康食品」が市販されているかを調査し、それらの商品のリスク管理に対して薬局薬剤師が果たす役割について討議する。
1. いわゆる「健康食品」が健康被害を引き起こした事例を調査し、原因について調査することにより、リスク管理の実態と問題点について討議する。
1. 食品成分と医薬品との相互作用の事例を調査することにより、リスクを回避するために必要な注意点を説明できる。

【演習の流れ】

本演習を選択した医療衛生薬学科4年次生20名を対象とし、4日間の日程で行った。

第1日目

- ① 保健機能食品・健康食品に関する導入講義
講師：サプリメントに関する情報提供に力を入れている
保険薬局薬剤師1名
- ② 実習訪問先の決定：10薬局に対して2人1組
- ③ 第2日目のガイダンス
 - ・アンケート調査用イラスト入り資料準備
 - ・訪問時の服装で登校のこと
- ④ 健康食品に関するパンフレット配布（資料1）
- ⑤ ビデオ鑑賞「健康食品の正しい理解」

第2日目

① 本演習の意義・目的と薬局訪問する際の諸注意説明

② ロールプレイの実施

訪問先薬局でのアンケート調査を想定して行う。

各組は、模擬患者（演習担当教員）を相手に実演する。

- ・ 学生が作成したアンケート調査用イラスト入り資料（資料2，一例）、及び

東京都薬剤師会発行の「健康食品」情報共有シート（資料3）の活用

- ・ チェックシート（資料4）を用いて、適切な接遇ができているかを学生同士で相互に確認

③ フィードバック

イラスト入り資料の修正、接遇態度の修正

第3日目

- ① 薬局を訪問し、アンケート調査実施
各薬局で指定された時間内で行う（1～4時間）
 - ・遅刻厳禁
 - ・守秘義務（調査結果を口外しない）
 - ・薬剤師の方々からも事例をうかがう
- ② 調査終了の報告
演習担当教員に調査結果を直接報告する。

第4日目

- ① 調査結果報告資料の作成
 - ・健康食品の利用状況（資料5）、被害状況
 - ・訪問して気づいた点（資料6）
- ② 調査結果報告会
- ③ 総合討論

資料1 健康食品に関するパンフレット

東京都委託事業

そうだ!
薬剤師に聞いてみよう!

健康食品
安全に使ってますか?




薬剤師

社団法人 東京都薬剤師会
〒101-0054 東京都千代田区神田錦町1-21
TEL: 03-3294-0271 FAX: 03-3294-7359
<http://www.toyaku.or.jp/>

健康食品を使うとき…

こんなとき 相談しよう・調べてみよう

健康食品について
薬剤師がナビゲーションします!




お友達が一生懸命すすめてくれる健康食品。
買わないと悪いかな…

こんなとき相談してね

お友達との関係を壊さずに断る理由はないかな

親切で紹介してくれた健康食品でも、高価な商品や安全かどうか確認できないものは使いたくない、という方も多いでしょう。そんなとき、「健康食品を使わない方がよい」という理由があると断りやすいですね。一度、医師や薬剤師に相談してみてください。

病気によっては、健康食品を使わない方がよい場合もあります。医師から処方された薬と飲み合わせが悪い健康食品もあります。医師や薬剤師から注意されて断るのであれば、お友達も納得してくれるでしょう。



1

資料2 学生が作成したアンケート調査用イラスト入り資料 (一例)

アンケートにご協力お願いします

健康食品による健康被害を防ぐために、関連が疑われる情報を集めています。皆様の声をお聞かせください。

健康食品で健康被害が起こったことはありますか？

例えば...

・肌の異常(かゆみ、赤み)



・下痢、便秘



・胃痛、吐き気



・めまい、ふらつき



・疲れや



・頭痛 など

健康食品を
安全に使おう！！

資料3 「健康食品」情報共有シート

送付先 東京都薬剤師会 FAX 03-3295-2333

東京都委託健康食品安全性情報共有事業 **「健康食品」情報共有シート【薬剤師会版】**

消費者から健康食品が原因と考えられる健康被害の情報提供があった場合は、この用紙に判明した項目をご記入のうえ東京都薬剤師会までFAXにてご送信ください。わかる範囲でご記入ください。

送 信 者 情 報	薬局名		所属支部名	
	氏名		F A X	
	電話		e-mail	
				作成日 月 日

摂 取 品 に 関 し て	製品名/主成分			
	製造者/販売者			
	原材料	<input type="checkbox"/> 外箱の写しを添付 (添付があれば記載不要)		
	入手方法	<input type="checkbox"/> 店頭購入 <input type="checkbox"/> 通販・訪販等 <input type="checkbox"/> 個人輸入 <input type="checkbox"/> 不明・その他		
	摂取目的	<input type="checkbox"/> ダイエット・美容 <input type="checkbox"/> 便秘 <input type="checkbox"/> 婦人科疾患改善 <input type="checkbox"/> 強精 <input type="checkbox"/> 血流改善 <input type="checkbox"/> 栄養補給 <input type="checkbox"/> 腰痛・関節痛 <input type="checkbox"/> 血圧改善 <input type="checkbox"/> 血糖値改善 <input type="checkbox"/> 肝機能改善 <input type="checkbox"/> その他 () <input type="checkbox"/> 不明		
摂取状況	使用開始日：平成 年 月 日 使用中止日：平成 年 月 日 <input type="checkbox"/> 不明			
1日摂取量	<input type="checkbox"/> 使用方法とおり (具体的に：) <input type="checkbox"/> 過量 <input type="checkbox"/> 少量 <input type="checkbox"/> 不明			

患 者 情 報	年齢	才	性別	<input type="checkbox"/> 男性 <input type="checkbox"/> 女性
	関連性を疑う理由	<input type="checkbox"/> 健康食品摂取時期と発症時期 <input type="checkbox"/> 摂取中止で症状軽快 <input type="checkbox"/> 同様の事例の存在 <input type="checkbox"/> その他 具体的に： ()		
	予想される関連性	<input type="checkbox"/> 過剰摂取 <input type="checkbox"/> 薬との相互作用 <input type="checkbox"/> アレルギー <input type="checkbox"/> 有害成分含有 () <input type="checkbox"/> 健康食品の過信による治療の中断 <input type="checkbox"/> その他 ()		
	症状・診断等	発現日 月 日 基礎疾患 <input type="checkbox"/> 有 () <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 不明 基礎疾患への治療薬等の使用 <input type="checkbox"/> 有	重篤度 <input type="checkbox"/> 死亡・障害 <input type="checkbox"/> 治療のために入院または入院期間の延長 <input type="checkbox"/> 臨床データの上昇・下降 <input type="checkbox"/> 皮膚症状のみの所見 <input type="checkbox"/> その他 ()	[薬品名：] 症状等具体的に：

摂 取 品 の 使 用 中 止 の 有 無	<input type="checkbox"/> 中止 <input type="checkbox"/> 継続 (<input type="checkbox"/> 減量 <input type="checkbox"/> 増量) <input type="checkbox"/> 中止後再使用 <input type="checkbox"/> 不明
	医師の診察 <input type="checkbox"/> 有 (診療科) <input type="checkbox"/> 無 (<input type="checkbox"/> 受診をすすめた) 治療 <input type="checkbox"/> 自然治癒 <input type="checkbox"/> 投薬 (薬品名：) <input type="checkbox"/> 投薬以外の処置 <input type="checkbox"/> 入院 <input type="checkbox"/> その他 ()

当 該 事 例 に 関 す る 参 考 意 見	
--	--

資料4 ロールプレイ用チェックシート

患者・来局者（顧客）応対

★1-1～1-3のOSCEに共通する項目

【コミュニケーション】

□ 身だしなみ

不潔感がない、清潔な白衣と服（ボタンをする）、名札、髪がバサつかない、極端な色に髪を染めない、マニキュアをしない、短い爪、貴金属を身につけない、服や履物に問題（ハイヒール、スリッパ等）がない、男性はネクタイ着用

□ 適切な姿勢・ふるまい

同じ目の高さ、失礼のない振る舞い

□ 適切なアイコンタクト・顔の向き

説明や傾聴時には、患者に顔を向ける

□ 適切な声の大きさ・スピード・音調

患者・来局者（顧客）が聞き取りやすい声で話す

□ ていねいで、わかりやすい言葉づかい

丁寧な話し方、適切な敬語で、専門用語を使わない、相手にとってわかりやすい言葉づかい

□ 開放型質問等を用いた積極的な傾聴

患者・来局者の言葉をさえぎらない、うなずき、あいづち、患者・来局者が自由に話せるようにできるだけ開放型質問を用いる

□ 共感の言葉がけ・態度

患者・来局者の気持ちや状況に共感していることを言葉ないし態度で伝える。お辛いですね、患者・来局者の言葉を共感的に繰り返す、など

【全体を通して】

□ 流れが自然である

□ 患者・来局者に対する配慮がおおる

□ 必要があれば生活習慣に関する会話がある

サプリメントのアンケートをとる

【はじめに】

□ あいさつ

失礼でない声かけ、適切なお辞儀、「こんにちは」などできるだけ正面に立たない。横か斜め45度ぐらいが適当。

□ 自己紹介

フルネームあるいは姓で自己紹介、実習生であることを名乗る
「私は東京薬科大学の薬学4年生の〇〇〇〇と申します。」

□ アンケートの目的を話し、同意を得る

【情報収集】アンケートの内容に従い、情報収集を行う。

□ サプリメントの使用の有無を確認する

★有の場合 → 有害事象（副作用）の有無を確認する
★無の場合 → クロージングへ

□ 有害事象（副作用）の有無を確認する

★有の場合

□ その時の症状を確認する（局所症状ならば部位も）

□ 症状の程度も確認する

□ 症状の経過を確認する

□ 既往歴を聞く*

□ アレルギー歴（花粉症、食品など）を確認する*

□ 副作用歴を確認する*

□ 他科受診の有無を聞く*

□ 現在使用中の薬を確認する*

□ 喫煙・飲酒の有無とその量を確認する*

（*は薬歴より確認）

【クロージング】

□ しめくくりの言葉を言う

「ありがとうございました。」

終わったら必ず紹介してくれた薬剤師の先生にその旨を報告する

資料 5 調査結果報告資料（一例）

T 薬局

眼科病院の門前薬局。高齢者の利用が多い。

調査時間：10～12時

ご回答くださった方：12人

（患者 8 人、薬剤師 2 人、卸 2 人）



〔利用されていた健康食品〕

コンドロイチン、グルコサミン

SOYJOY、カロリーメイト

亜鉛

ビタミンE、ビタミンB

ウコン、カルシウム、DHA

キョーレオピン

〔目的〕

関節痛を緩和に効きそう

食事の代わりに

元気になりそう

健康によさそう

健康によさそう

体質改善できそう

資料6 学生が訪問して気づいた点・感想

訪問して気づいた点

- ・「健康食品」と言っても伝わらない
- ・健康食品に頼っている方がいる一方で、信じていない方もいる
- ・利用者には女性が多い
- ・薬局には、健康食品の購入を目的に訪れる方がいる
- ・健康食品について相談したい方が多い
- ・医師の勧めで外国製サプリメントを利用する方がいる

感想

- ・患者さんとお話するのは緊張した
- ・思っていたより健康食品を利用している方が多い
- ・患者さんに勧めるためには、まず、自ら使用してみることが大切だと感じた
- ・事前実務実習（D1実習）で行った調剤が、実践さながらであったことに気づいた

【演習を終えて】

協力して頂いた薬局の皆様のサポートにより、調査は無事に終了した。訪問終了後、各薬局で指導して頂いた薬剤師の方々から、学生へ気づいた点等のコメントを頂いた。第4日目の演習終了後、その内容を個々の学生にフィードバックした。

薬剤師の方々からのコメント（抜粋）

- ・緊張していたようでしたが、とてもさわやかで清潔感がありました。
- ・緊張していたのか、少し話し方がたどたどしかった。
- ・患者さんが少なくて残念でしたが、学生さんはしっかりした態度で臨んでおりました。

こうした演習は本学では初の試みであったが、実務実習前に現場の雰囲気味わえた点で学生にとっても好評であった。また、その結果については東京都薬剤師会に報告した。本演習は、健康食品の被害認識についての意識向上に繋がったなど、実習薬局のスタッフからも好評であり、参加した薬学生共々、双方にとっても有益な試みであった。