

## 第37回萬々（まんまん）カフェ学習会報告書

12月15日（火）、第37回萬々（まんまん）カフェ学習会を開催しました。

「薬と賢く付き合おう」～くらしに影響を及ぼす薬について～をテーマに、  
一般社団法人青森県薬剤師会会長

薬剤師・ケアマネジャー 木村隆次による講話でした。

薬と賢く付き合うためには、お薬を飲み始めたとき、また変更になった時、ふらつきがないか口が渇かないかなど以前と違ったことがあった場合、速やかに医師、薬剤師に相談してください。また、身近な特定保健用食品でもお医者さんからもらう薬と同じ副作用がでることがあります。お薬手帳一冊できちんと管理しましょう。



血圧が高めの方が飲まれる  
ペプチド入り特定保健用食品には  
副作用で「空咳（からせき）」が  
出ることがあります。

お薬手帳に普段から飲んでいる  
健康食品などの名前を書いて  
お医者さんや薬剤師に見せてくだ  
さい。

お薬同士・お薬と食べ物や飲み物  
との組み合わせが悪いことがあ  
ります。その組み合わせによって  
薬の効果が増大することもある  
ば、逆に効果が減少することあ  
ります。薬剤師に今、飲んでいる  
お薬と相性の悪いものを必ず、確  
認しておきましょう。



当日は、寒い中足を運んでいただきありがとうございました。

コミュニティマンション&カフェ萬々  
017-743-8656