

はじめに

暮らしの中には化学物質が溢れています。体内に取り入れる医薬品やサプリメント、肌に使用する化粧品やスキンケア製品、衛生的な生活を送るための洗剤・消毒剤や殺虫剤といった、合成された化学物質を原料とする商品や製品だけではなく、人間の生命に欠かすことのできない水や大気にも、健康や環境に影響する化学物質が含まれていることがあります。このように、私たちは日々、リスクがあるかもしれない化学物質と接していますので、危険を感じることなく無事に暮らせていることは、幸運といえるのかもしれませんが、しかし、不安を感じることや、困ったことや知りたいことがあったとしたら、どうしたらよいのでしょうか。

私は、地域にある薬局やドラッグストアにいる薬剤師こそが、その不安や疑問に応えられると考えています。薬剤師は、4年制卒であれ6年制卒であれ、大学で化学物質の学習を十分身に付けた唯一の医療職です。化合物としての理解だけでなく、衛生薬学では化学物質の健康や環境への影響、食品衛生を学び、毒物劇物を含む化学物質の管理や取り扱いについても学習しています。薬局やドラッグストアで取り扱う商品であれば、安全に使用方法、リスクを回避する方法を適切にアドバイスできるはずです。また、リスクを感じていない人に注意喚起することもできます。薬剤師が身に付けた薬学的知見は、病気を抱えた人のためだけでなく、健康な人にも十分に生かすことができれば、地域の健康アウトカムは格段に向上するでしょう。

この書籍の編集委員である藤田知子氏は、長年、ドラッグストアの薬剤師として、調剤にも携わりながら、店舗の近隣の生活者からの様々な相談に対応されてきました。殺虫剤やヘアカラー製品など日用品に関する生活者からの質問や疑問にリアルタイムに対応するべくDI室を設置して、生活者にとって知りたい情報を、薬剤師の視点で正しく迅速に情報提供することを実践されてきました。その経験の積み重ねによって誕生した書籍が本書「生活薬学」です。本書の執筆者、編集者、監修者は、藤田氏に賛同したメンバー

であり、薬学的知見を活かして健康をサポートしたいという志のある薬剤師と医師です。

本書を通じて、生活者からの質問や疑問に応えるためのアプローチが見えてくるはずです。薬剤師として身に付けた化学物質や衛生薬学の知見を活かし、地域の生活者の健康サポートと化学物質の適正使用の啓発を実践してください。「薬剤師さんって、こんなことも知っているの？」と驚かれるはずです。

最後に、本書の出版にご尽力いただいた薬事日報社の河辺様に感謝申し上げます。

2024年10月
帝京平成大学薬学部
教授 亀井 美和子

本書の使い方

～この本にはどんなことが書かれているか？～

現在、ドラッグストアは、医薬品だけでなく、日常生活に欠かせないあらゆる商品、つまり、洗剤やシャンプー、化粧品、食品に至るまで、多種多様に販売しています。



「生活薬学」の観点から日常生活に使用する商品を知る

第1章と第2章は、その商品について、いくつかのカテゴリ（第1章1節から11節と第2章1節から5節）に分類し、“生活薬学”的に「基礎知識」、そして成分と特徴を説明し、選ぶポイント「商品の特性・選択のポイント」をまとめています。そして、ドラッグストアスタッフの対応頻度が高い質問とその回答「Q&A」を挙げています。さらに、それらの商品を適切に有効に使用することにより「健康と美」「衛生」つながるヒント「知っておきたいヘルスケア情報」や「生活者への情報提供」をまとめています。

ドラッグストアで勤務する人（登録販売者、一般販売者、薬剤師など）だけでなく、毎日その商品を利用している生活者の参考になるでしょう。

第3章では、「生活環境に関する知識」として、「2015年改訂薬学教育モデル・コアカリキュラム 薬学と社会」に基づく教育の一部に関連した、「水、大気、換気、放射能、悪臭と消臭」を取り上げました。薬剤師の任務は薬剤師法第1条に記されているように「調剤、医薬品の供給、その他薬事衛生をつかさどることによって、公衆衛生の向上及び増進に寄与し、もって国民の健康な生活を確保する」こととされています。薬事衛生に関与することは薬剤師の重要な任務の一つですが、環境問題に対し積極的に取り組むべき薬剤師に向けて解説をしています。生活者も興味をもっていたり、ただけのようわかりやすくまとめています。

学ぼう!



気になる事例は“索引”から調べてみよう!!

(例) 衣料用洗剤の成分に書かれている界面活性剤ってなんだろう?

➤ 索引から「界面活性剤」 p 〇〇、〇〇

学ぼう!



知っておきたい! 補足資料

➤ 基礎知識や商品知識の理解度を挙げるために解説を追加しています。

学ぼう!



もっと知りたい! コラム

➤ コラムだけ読むのも面白い。



学校薬剤師の活動を知る

学校（小、中、高等学校）は、7歳～10代後半の人が長時間生活する場所です。家庭での生活環境への配慮と同様に学校では、薬剤師（学校薬剤師）が生活環境、学校保健に関わっていることを認識できます。

第4章1節では、ドラッグストアで販売している医薬品でセルフメディケーションする、つまり軽度疾病治療のため適正な医薬品を選択するポイントを学ぶことができます。一般用医薬品に添付されている医薬品情報書を「添付文書の情報を活用する」のページで学ぶことができます。



一般用医薬品を知り、適正使用によってセルフメディケーションを推進

また、第4章1節では、一般用医薬品の適切な選択と服用に関する注意事項を解説しています。使用者が、一般用医薬品の特性（副作用、投与期間など）を知ることにより、真のセルフメディケーションが実行されます。セルフメディケーションの推進は、医療費増大や医療用医薬品供給不足の解決につながります。

第4章2節～7節では、生活者が健康でいられるために薬剤師が関わるいくつかの事例「予防接種、熱中症、禁煙、避妊、ドーピング、薬物乱用」を取り上げました。これは、「2015年改訂薬学教育モデル・コアカリキュラム 薬学と社会」に基づく教育の項目にも関連しています。



薬剤師が積極的に情報提供し生活者が周知すべき事項

第4章に関する知識は医療従事者の中でも薬剤師が特化してその知識を持ち、生活者へ積極的に情報提供すべき事項であり、その知識をこの章で再確認します。

第3章と第4章は、薬剤師に求められるプロフェッショナルスタンダード 令和4年度版 領域別〔3. 地域住民の健康増進（薬物乱用防止、セルフメディケーション）〕の1～3のほとんどの項目に対応し解説しています。