

## おくすり Q&A

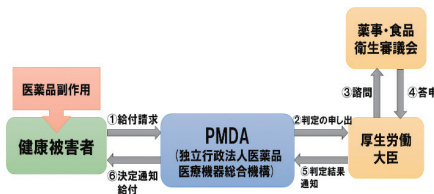
### 医薬品副作用救済制度をご存じですか？

#### Q. 医薬品副作用救済制度とは？

A. お薬は正しく使っていても副作用の起きる可能性があります。万が一、入院治療が必要になるほどの健康被害が起きた際に、医療費や年金などが給付される公的な制度があります。これを『医薬品副作用救済制度』といいます。病院より処方された医薬品に限らず、市販薬なども対象となります。

#### Q. 請求の方法は？

A. 給付の請求は健康被害を受けたご本人、またはそのご遺族が直接 PMDA(独立行政法人医薬品医療機器総合機構) に対して行います。その際に医師の診断書などが必要になります。給付の支給決定は、提出書類をもとに厚生労働省の薬事・食品衛生審議会における審議のもと行われます。



#### Q. 給付にはどのような種類がありますか？

A. 給付には7種類あります。

入院治療を必要とする程度の健康被害を受けた場合	医療費 医療手当
日常生活が著しく制限される程度の障害がある場合	障害年金 障害児養育年金
死亡した場合	遺族年金 遺族一時金 埋葬料

給付額は種類ごとに定められており、障害年金・障害児養育年金を除いて請求期限があるため注意が必要です。

#### Q. 救済の対象とならない場合は？

A. 下記の場合は救済の対象になりません。

- 副作用のうち入院治療を要する程度ではなかった場合や医薬品の使用目的・方法が適正と認められない場合
- 請求期限が過ぎてしまっている場合
- 対象除外医薬品による健康被害(抗がん剤や特殊疾病に使われる医薬品など厚生労働大臣が指定するもの)
- 法定予防接種を受けたことによるものである場合(任意の予防接種は対象です)
- 医薬品の製造販売業者などに損害賠償の責任が明らかの場合
- 救命のためやむを得ず通常の使用量を超えて医薬品等を使用したことによる健康被害で、その発生が予め認識されていたなどの場合

医薬品副作用救済制度の詳細は独立行政法人医薬品医療機器総合機構のホームページをご参照ください。万が一の時に備え、このような救済制度を知っていただくことが必要だと思います。何かお困りの際は救済制度相談窓口や医師・薬剤師にご相談ください。

#### 救済制度の相談窓口

電話：0120-149-931

Eメール：kyufu@pmda.go.jp

受付時間：午前9:00～午後5:00/月～金(祝日・年末年始を除く)



執筆薬剤師 岩本 理沙

# わたしの健康とくすり

第304号



撮影/加藤 哲教

## 今月の内容

### ・疾患シリーズ

虚血性心疾患の病態と治療：  
慢性冠症候群(CCS)《連載・第2回目》

### ・ちょっとお耳を……

血糖スパイクについて

### ・おくすり Q & A

医薬品副作用救済制度をご存じですか？

2021年5月発行

発行者 八王子薬剤センター 茂木 徹  
東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

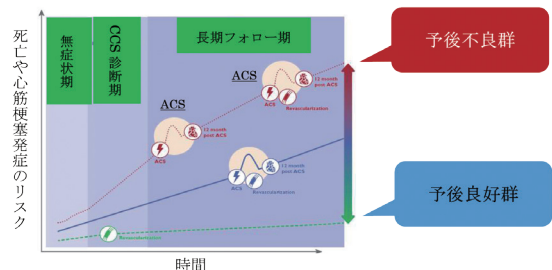
## 疾患シリーズ

### 虚血性心疾患の病態と治療：慢性冠症候群 (CCS) 《連載・第2回目》

第2回は、前回お話しした急性冠症候群 (ACS) と比較して用いられる慢性冠症候群 (CCS) についてお話しします。ACS が緊急を要する病態で短期予後の改善を目指すのに対し、CCS は、緊急性はありますが、適切な検査や治療を計画的に行い長期予後の改善を目指す。

#### 1) 病態

慢性冠症候群 (CCS) は、慢性的に心臓の血管 (冠動脈) に動脈硬化プラーク (脂肪の塊) が付着し狭窄をきたした状態です。図のように無症状の方、最近 CCS と診断された方、ACS 治療後安定している方や ACS を再発する方、など様々な状況が CCS に該当します。大事なことは、長く付き合う必要があること、かつ適切な治療がなされないと予後が悪化していくということです。



#### 2) 治療

カテーテル治療は、冠動脈狭窄という結果に対する治療であり、慢性冠症候群 (CCS) の根本治療は、動脈硬化の進行を予防、もしくは緩徐にするライフスタイルの改善 (食事・運動療法、禁煙) や薬物療法が主体になります。服用中のお薬も食事運動療法がしっかり行われていないとその効果は半減してしまいます。外来でお話する一例を下記に示します。

**禁煙指導**⇒禁煙が難しければ、電子タバコへの切替や禁煙外来受診

**食事療法**⇒野菜・果物 (それぞれ 200g/ 日以上) の摂取、35 ~ 45g/ 日の繊維食品の摂取 (できれば全粒穀物)、30g/ 日の無塩ナッツの摂取、1 ~ 2 回/ 週の魚料理の摂取、飽和脂肪酸食を 10% 以内 / 日に抑え多価不飽和脂肪酸食を推奨、塩分制限 (6g/ 日以内)、アルコール摂取制限 (15g/ 日)、エナジードリンクなどの砂糖過多制限

**運動療法**⇒じわっと汗をかく程度の有酸素運動を 1 日 30 ~ 60 分、週 5 日以上

お示した食事療法をすべて行うことは困難ですので、できるところから始めることがコツです。また、運動療法は「週 5 日以上」がネックになりますので通勤や早朝の涼しい時間などルーティンを決めて行うと良いでしょう。食事運動療法を実践し予後良好群を目指しましょう。

第3回は ACS・CCS の薬物治療についてお話ししたいと思います。

東京医科大学八王子医療センター 循環器内科 外間 洋平

## ちょっとお耳を……

### 血糖スパイクについて

朝食をしっかりと摂ってきたのに午前中から眠くなる。そんな経験がある人は多いと思います。その原因は朝食にあることが多いです。糖分の多い食事を摂ると血糖値の急上昇が起こります。この食後の血糖値の急上昇のことを **血糖スパイク** と呼びます。



血糖値が急上昇した人間の体は、**インスリン** というホルモンにより血糖値を急激に下げようとします。血糖値が急降下する際に眠気が出たり、ボーッとしたりします。血糖値は急上昇した後元に戻るため、慢性的な高血糖より悪くない印象があります。しかし実際は血管を傷つけてしまう **活性酸素** という有害物質を発生させたり、大量のインスリンを膵臓に分泌させてしまったりと体に大きな負荷がかかります。

糖分は人間が活動するうえでとても重要なものになります。しかし摂取の仕方に注意しないと体にとって害になることもあります。結論としましては、血糖値は **緩やかに上げて緩やかに下げる** ことが大事になります。これにより血糖スパイクを起こすことなく、午前中からの眠気にも襲われにくくなります。

#### ～血糖値をうまくコントロールする食事の摂り方～

ここで最も重要なのが食事の食べる順番です。**野菜や海藻類から食べる** ことが重要です。野菜や海藻類を先に食べることで、小腸に栄養吸収の膜のようなものを作ります。これによりブドウ糖の吸収を緩やかにしてくれます。



またここでの先に食べるとは野菜や海藻類を 1 口 2 口食べて、その後糖分の多い食べ物を食べるという意味ではありません。**野菜や海藻類を完食してから糖分の多い食べ物を摂る** ように心がけましょう。

また朝食を抜くことも良くありません。朝食を抜いてしまうと空腹の時間が長くなってしまい、食後の高血糖の原因にもなるからです。**1 日 3 食きちんと食べる** ことも重要と言えます。



執筆薬剤師 各務 俊一