

啓発事業「視覚障害者のための点字印刷による薬の正しい使い方啓発普及事業」  
特定非営利活動法人 おくすり研究会 啓発事業実施者氏名 矢野忠則  
(〒873-0211 大分県国東市安岐町馬場 1303 番地 1 0978-67-1640)

## 要旨

### 1. 啓発事業実施目的

我々が社会生活を送る上で欠かせないのが、情報です。視覚障害者にとって、日常生活の中でもっとも不自由なのは情報の収集だと言われています。情報の約80%は視覚（目）によるもので、健常者が何気なく目にしている多くのことが、視覚情報なのです。視覚障害者が、心身の健康を保ち、生き生きとした暮らしを実現させていくためには、視覚情報への「アクセシビリティ」を支援することが必要です。

国、厚生労働省では、平成21年度に施行された一般用医薬品販売に関わる改正薬事法により、「セルフメディケーション」の考え方にに基づき、病気にならないように個人の責任において健康を管理することを推進しています。一般用医薬品を自己責任のもと、病院に通院する前に薬局、ドラッグストアなどで体調に適した薬を直接購入してもらい、健康を維持しようというものです。一般用医薬品は、医師、歯科医師などの医療関係者が選択するものではなく、薬剤師、登録販売者の医薬関係者（専門家）のアドバイスの下、一般消費者の選択により使用されることを目的とされているものです。

視覚障害者においても、一般用医薬品を選択する上で、正しい薬の知識、正しい薬の買い方、正しい使い方、薬の安全性などの情報を収集し、理解することがより一層重要になってまいりました。

本事業は、視覚障害者を対象として、薬に関する「セルフメディケーション啓発のための点訳テキスト」を作成しました。それを用いて薬の正しい使い方の啓発、普及を図りました。視覚障害者のQOL（生活の質）の維持、向上、豊かな暮らしに貢献出来たものと考えています。視覚障害者に対し、健常者と等しく薬に関し教育的な機会を提供する事と共に情報補償にも寄与することが出来ました。

### 2. 啓発事業実施方法および内容

事業1：視覚障害者のための「セルフメディケーション啓発点字印刷」の制作

タイトル：「楽しく学びましょう!! くすりの副作用! いかに防ぐか!」（仮題）

※この場合の「くすり」は一般用医薬品を意味します。

仕 様：点訳テキスト

事業2：視覚障害者を対象とした「おくすり講座」の開催

時 間：約1時間

内 容：作製した点訳テキストを用いて、薬の正しい使い方などの一般用医薬品のセルフメディケーションに関する説明会を実施した。

講師：矢野忠則（特定非営利活動法人 おくすり研究会 代表）

場所：大分県盲人福祉センター、大分県内の各地区視覚障害者協会

受講料：無料

### 3. 啓発事業成果

#### 事業1の成果

点字印刷の構成については、次に示す原案（シナリオ）に沿って作製しました。

- ① はじめに（薬の、効果と副作用の両面性）
- ② お酒の例で、効用と弊害について説明
- ③ 薬の副作用を防ぐ第一歩は、購入時の対面購入
- ④ 錠剤など種々の薬剤の特徴と正しい使い方の説明
- ⑤ まとめ（服薬時間など含めた適正使用の重要性）
- ⑥ 薬は正しく使ったとしても、起こる重篤な副作用の説明
- ⑦ 薬の種類と重篤な副作用の関係についての説明
- ⑧ 薬の副作用が起きたと思ったら、中止する事
- ⑨ 薬の副作用に遭った場合、医薬品副作用被害救済制度の説明
- ⑩ おわり（謝辞、公益財団法人一般用医薬品セルフメディケーション振興財団）

【詳細な内容は巻末資料1を参照。】

#### 事業2の成課

【実施の状況は巻末資料2を参照。】

### 4. 考察

昨年8月に施行された「改正障害者基本法」第1条（目的）には「全ての国民が、障害の有無にかかわらず、等しく基本的人権を享有するかけがえない個人として尊重されるものであるとの理念にのっとり、全ての国民が、障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら共生する社会を実現する」とされています。

今回の事業は、障害者のなかでも視覚障害者のアクセシビリティの支援を実践しました。アクセシビリティとは、障害の有無や身体特性、性別、年齢や言語・文化の違いにかかわらず、情報、サービス、製品、環境などが、多様な利用者にとって利用しやすさ、使いやすさ、わかりやすさを意味する言葉です。

今後とも本事業を継続し、障害者と手を携えて、共生する社会の実現に一步でも近づくことを期待しています。

### 5. まとめ

本事業が、視覚障害者に対し、セルフメディケーション推進の一助となったものと考えます。本事業に御理解と御支援いただきことに、公益財団法人一般用医薬品セルフメディケーション振興財団に心より深謝します。

## 点字印刷のコンテンツ（資料1-1）

### 「おくすり講座」講演会（点字本原稿）

#### Slide 1：「はじめに」

本日は、表題「くすりの副作用！いかに防ぐか！」についてお話いたします。前半は、くすりの形（剤型）ごとに、くすりの正しい使い方について説明します。また、十分注意して正しく使った場合であっても副作用が生じることがあります。後半は、代表的なくすりの副作用について説明します。

#### Slide 2：「三浦梅園と養生訓」

三浦梅園（1723-1789）名は晋（すすむ）。字（あぎな）は安貞。梅園は号です。江戸中期の哲学者、経済学者、自然科学者。豊後の国東（くにさき）郡富永村（現、大分県国東市安岐町大字富清）に生れ、生涯この地で医を業とし、かたわら家塾を開きました。人となりは温厚実徳で安分知足をモットーとし、豊後聖人の称があります。梅園は日本で最初に顕微鏡を使った一人ではないかと考えられています。著書「養生訓」の中でお酒についての記述があります。お酒は気分を朗らかにする、反面飲み過ぎると我を忘れ見苦しい振る舞いなど、昔の人は狂薬ともいうと書いています。お酒の作用と副作用を述べています。くすりは、両刃の剣と言われ、クスリは、逆に読むとリスクとなります。本日はくすりの副作用を中心に話しをします。

#### Slide 3：「医薬品の対面販売」

私たちが、一般用医薬品を薬局、薬店、ドラッグストア、コンビニ等で購入する時には、「対面販売」が重要です。「対面販売」とは、薬の購入者と薬の専門家がその場で直接やりとりすることが重要です。他に服用している薬は？薬の内容説明、生活習慣について、アレルギーはありますか？などです。

#### Slide 4：「錠剤」

錠剤（内服）です。錠剤（内服）は内服する医薬品の剤型として広く用いられています。固形製剤であるため、医薬品が飛び散らずに服用できる点や、医薬品がもつ苦味や刺激性を口中で感じる事もなく服用できる点が主な特徴です。固形製剤で一定の大きさを有するため、高齢者、乳幼児等の場合は飲み込みにくいことがあります。錠剤（内服）を服用する時は水又はぬるま湯とともに飲み込むとよいです。水が少なかったり、水なしで服用すると、錠剤が喉や食道に張り付いてしまうことがあります。薬効が現われないのみならず、粘膜を傷めるおそれがあります。

#### Slide 5：「口腔内崩壊錠」

口腔内崩壊錠です。口の中で唾液によって比較的速やかに溶けるため、水なしで服用することもでき、固形物を飲み込むことが困難な高齢者や乳幼児も、口の中で溶かした後、唾液と一緒に飲み込むことができます。

#### Slide 6 : 「チュアブル錠」

チュアブル錠です。口の中で舐めたり噛み砕いたりして服用する剤型であり、水なしでも服用できます。

#### Slide 7 : 「トローチ」

トローチです。薬の効果を期待する部位が口の中や喉に対するものである場合が多く、飲み込まずに口の中で医薬品を舐めて徐々に溶かして使用します。

#### Slide 8 : 「散剤・顆粒剤」

散剤、顆粒剤です。錠剤のように大きく固形状としたものを散剤、粒状としたものを顆粒剤といいます。錠剤を飲むのが困難な人にとっては錠剤よりも服用しやすいが、口の中に分散し歯（又は入れ歯）の間に挟まったり、苦味や渋みを感じる場合もあります。散剤等を服用するときは、口の中での飛散を防ぐため、医薬品を口の中に入れる前に少量の水（又はぬるま湯）を口を含んだ上で服用したり、何回かに分けて少しずつ少しずつ飲むなどの工夫をした方がよいです。口の中に散剤などが残るような時には、さらに口に水などを含んで洗うように水を含んで洗うように流し込むとよいです。また、顆粒剤は粒の表面がコーティングされているため、噛み砕かずに水などで喉に流し込む必要があります。

#### Slide 9 : 「内服液剤、シロップ剤」

内服液剤、シロップ剤です。内服液剤は、液状の剤型のうち、内服用に用いる場合の剤型です。固形製剤よりも飲み込みやすく、また、予め有効成分が液中に溶けたり、分散したりしているため、服用した後比較的速やかに消化管から吸収される点が特徴です。内服液剤では苦味やにおいが強く感じられる場合があるので、小児等に用いられる場合には、白糖等の糖類を混ぜたシロップ剤等は粘りがあって容器に残りやすいので、残った部分を水ですすいで、すすぎ液ごと飲むなどの工夫をするとよいです。

#### Slide 10 : 「カプセル剤」

カプセル剤です。カプセル剤は、カプセル内に散剤や顆粒剤、液剤などを充填などした剤型で、内服用の医薬品として広く用いられています。固形製剤であるため、その特長は錠剤とほぼ同様ですが、カプセルの原料として広く用いられているゼラチンはブタなどの蛋白質であるため、アレルギーを持つ人では使用を避けるなどの注意が必要です。また、水なしで服用するとゼラチンが喉や食道に張り付くことがあるため、注意が必要です。

#### Slide 11 : 「軟膏剤、クリーム剤」

軟膏剤、クリーム剤です。性質の違いにより、軟膏剤とクリーム剤に大別されます。有効成分が適用部位に留まりやすいことが特徴です。一般的には、適用した部位の状態にあわせて、適応部位の状態にあわせて、適用部位を水から遮断する場合等には軟膏剤を用い、水で洗い流しやすくする場合等ではクリーム剤を用いることが多いです。

#### Slide 12 : 「パップ剤」

パップ剤です。皮膚に粘着させて用いる剤型です。適用した部位に有効成分が一定期間留まるため、薬効の特徴の持続が期待できる反面、適用部位においてかぶれなどが起きる場合もあります。

#### Slide 1 3 : 「外用液剤」

液状の剤型のうち、外用として局所に用いるもの。うがい薬です。うがい薬は、用時水で希釈又は溶解して使用するものが多いが、調製した濃度が濃すぎても薄すぎても効果が十分に得られません。一般的に、10～20 mL程度口に含み、顔を上向きにして咽頭の奥まで薬液が行き渡るようにガラガラを繰り返してから吐き出し、それを数回繰り返すのが効果的なうがいの仕方とされています。なお、うがい薬の使用後すぐに食事を摂ると、殺菌消毒効果が薄れます。

#### Slide 1 4 : 「点眼剤（目薬）」

点眼剤（目薬）です。点眼薬は、結膜囊に適用するものであるため、通常、無菌的に製造されています。点眼の際に容器の先端が眼瞼（まぶた）やまつげに触れると、雑菌が薬液に混入して汚染を生じる原因となるため、触れないように注意しながら1滴ずつ正確に点眼します。

#### Slide 1 5 : 「噴霧剤」

噴霧剤です。スプレー式で鼻腔内に噴霧するものが多いです。噴霧後に鼻汁とともに逆流する場合があるので、使用前に鼻を良くかんでおくほか、使用後には鼻に接した部分を清潔なティッシュペーパー等で拭き、必ずキャップを閉めた状態で保管し清潔に保っておく必要があります。また、汚染を防ぐために容器はなるべく直接鼻に触れないようにするほか、他人とは点鼻薬を共有しないようにする必要があります。

#### Slide 1 6 : 「坐剤」

坐剤です。坐薬挿入後、便意を催すことがあるため、排便を目的とする以外は、あらかじめ排便させておきます。挿入後は4～5秒間押さええます。半分にして使用する場合は、カッターなどで斜めに切り、先端部を使用します。使用した残りの半分は、保管せず廃棄します。

#### Slide 1 7 : 「薬の正しい使い方」

薬は、正しい使い方をしましょう。

#### Slide 1 8 : 「ショック（アナフィラキシー）」

ショック（アナフィラキシー）は、医薬品の成分に対する即時型の過敏反応（アレルギー）です。発生頻度は低いが、以前にその医薬品の使用によって蕁麻疹等のアレルギーを起こしたことがある人で起きるリスクが高いとされています。

顔や上半身の紅潮・熱感、皮膚の痒み、蕁麻疹、口唇や舌・手足のしびれ感、むくみ（浮腫）、吐き気、顔面蒼白、手足が冷たくなる、冷や汗、息苦しさ・胸苦しきなどの症状が突如現れ、発症すると急速に症状が進行してチアノーゼや呼吸困難等を生じ、適切な対応が遅れば致命的な転帰をたどるおそれがあります。発症してから進行が非常に速

い（2時間以内）ことが特徴であり、救急車等を利用して直ちに救急救命措置が可能な医療機関を受診する必要があります。

Slide 19 : 「スティーブンス・ジョンソン症候群」

高熱（38℃以上）を伴って、発疹・発赤、火傷等の水泡等の激しい症状が、比較的短期に全身の皮膚、口、目の粘膜に現れる病態で、同症候群について最初に報告した二人の医師の名前にちなんでスティーブンス・ジョンソン症候群（SJS）とも呼ばれます。

Slide 20 : 「ライエル症候群」

全身が広範囲にわたって赤くなり、全身の10%以上に火傷様の水泡、皮膚の剥離、びらん等が認められ、かつ、高熱（38℃以上）、口唇の発赤・びらん、目の充血等の症状を伴う病態で、同症について最初に報告をした医師の名前にちなんでライエル症候群（TEN）とも呼ばれます。SJSとTENは、ともに原因と考えられる医薬品の服用後2週間以内に発症することが多いが、1ヶ月以上経ってから起こることもあります。

Slide 21 : 「肝機能障害」

全身の倦怠感、黄疸のほか、発熱、発疹、皮膚の掻痒感、吐き気等を生じます。黄疸とは、ビリルビン（胆汁色素）が胆汁中へ排泄されず血液中に滞留して、皮膚や白目が黄色くなる現象です。また、過剰なビリルビンが尿中に排泄され、尿の色が濃くなることもあります。

Slide 22 : 「偽アルドステロン症」

体内に塩分（ナトリウム）と水分が貯留し、体からカリウムが失われたことに伴う症状であって、副腎皮質からのアルドステロン分泌が増えてないにもかかわらず生じることから、偽アルドステロン症と呼ばれています。尿量の減少、手足の脱力、血圧上昇、筋肉痛、倦怠感、手足のしびれ、頭痛、むくみ（浮腫）、のどの渇き、吐き気・嘔吐等がみられ、さらに進行すると、筋力低下、起立不能、歩行困難、痙攣等を生じます。

Slide 23 : 「病気等に対する抵抗力の低下」

医薬品の使用が原因で血液中の白血球（好中球）が減少し、病気等に対する抵抗力が弱くなり、突然の高熱、悪寒、喉の痛み、口内炎、倦怠感等の症状を生じることがあります。進行すると重症の細菌感染を繰り返し、致命的となるおそれもあります。

Slide 24 : 「病気等に対する抵抗力の低下」

医薬品の使用が原因で血液中の血小板が減少し、鼻血、歯ぐきからの出血、手足の青あざ（紫斑）や口腔粘膜の血腫等の内出血、月経が止まりにくい（月経過多）等の症状が現われることがあります。

Slide 25 : 「精神神経系に現れる副作用」

医薬品の作用によって中枢神経系が刺激され、物事に集中できない、落ち着きがなくなる、不眠、不安、震え（震戦）、興奮等の症状が生じることがあります。

Slide 26 : 「呼吸機能に現れる副作用」

息切れ・息苦しさ等の呼吸困難、空咳（痰の出ない咳）、発熱等が、医薬品の使用から

1～2 週間程度の間になります。息切れは、初期には運動時又は坂道や階段を上がる時に起きますが、進行すると歩行するだけでも息切れを感じるようになります。発熱は必ずしもともなわないことがあります。

Slide 2 7 : 「心臓や血圧に現れる副作用」

心臓の自動性が低下して拍動のリズムが乱れ、めまい、立ちくらみ、全身のだるさ（疲労感）、動悸、息切れ、胸部の不快感、脈が飛ぶような感じなどの症状が現れます。

Slide 2 8 : 「胃腸症状に現れる副作用」

医薬品の作用により胃や十二指腸の粘膜が障害され、組織が損傷した状態であり、胃のもたれ、食欲不振、胸やけ、吐き気、胃痛、空腹時にみぞおちが痛くなる、消化管出血に伴って糞便が黒くなどの症状を生じます。

Slide 2 9 : 「目や鼻、耳に現れる副作用」

眼球内の角膜と水晶体の間を満たしている房水が排泄されにくくなると、眼圧が高くなって視覚障害を生じます。

Slide 3 0 : 「皮膚に現れる副作用」

かぶれ症状は、太陽光線（紫外線）に曝されて初めて起こることもあります。光過敏症の症状は、医薬品が触れた部分だけでなく、光があたった部分の皮膚から全身へ広がり、重篤化する場合があります。

Slide 3 1 : 「排尿機能や尿に現れる副作用」

医薬品の使用が原因となって腎臓に障害を起こすことがあります。尿量の減少、ほとんど尿が出ない、逆に一時的に尿が増える、むくみ（浮腫）、倦怠感、発疹、吐き気・嘔吐、発熱、尿が濁る・赤みを帯びる（血尿）等の症状を生じます。

Slide 3 2 :

表 1

Slide 3 3 :

表 2

Slide 3 4 : 「副作用がでたら」

一般用医薬品は、軽度な疾病に伴う症状の改善等を図るものであり、一般の生活者が自らの判断で使用することであることにかんがみて、通常は、その使用を中断することによる不利益よりも、重大な副作用を回避することが優先されます。その兆候が現われたときには基本的に使用を中止し、必要に応じて医師、薬剤師などに相談することが必要です。

Slide 3 5 : 「医薬品副作用被害救済制度」

医薬品を適正に使用したにもかかわらず発生した副作用による被害者の迅速な救済を図るため、製薬企業の社会的責任に基づく公的な救済制度です。健康被害を受けた本人（又は家族）の給付請求を受けて、その健康被害が医薬品の副作用によるものかどうかなど、医学的薬学的判断を要する事項について薬事・食品衛生審議会の諮問・答申を経

て、厚生労働大臣が判定した結果に基づいて、医療費、障害年金、遺族年金等の各種給付が行われます。

Slide 3 6 : 「おわりに」

この点字本は、公益財団法人一般用医薬品セルフメディケーション振興財団 平成23年度啓発事業助成事業等などの助成制度を受けて作製しました。ご清聴ありがとうございます御座いました。

表 1

症状名	薬効群
ショック（アナフィラキシー）	かぜ薬、解熱鎮痛薬、鎮咳去痰薬、胃腸薬、眼科用薬、含そう薬、口腔咽頭薬（トローチ剤）、歯科口腔用薬（内服剤）、内服痔疾用薬、殺菌消毒薬（液剤、軟膏剤、パウダー）、H <sub>2</sub> ブロッカー含有製剤
アナフィラキシー様症状	含そう薬、殺菌消毒薬（液剤、軟膏剤、パウダー）
皮膚粘膜眼症候群（スティーブンス・ジョンソン症候群）	かぜ薬、解熱鎮痛薬、鎮咳去痰薬、鼻炎用内服薬、口腔咽頭薬（トローチ剤）、歯科口腔用薬（内服剤）、内服痔疾用薬、殺菌消毒薬（液剤、軟膏剤、パウダー）、H <sub>2</sub> ブロッカー含有製剤
中毒性表皮壊死症（ライエル症候群）	かぜ薬、解熱鎮痛薬、鎮咳去痰薬、鼻炎用内服薬、口腔咽頭薬（トローチ剤）、歯科口腔用薬（内服剤）、内服痔疾用薬、殺菌消毒薬（液剤、軟膏剤、パウダー）、H <sub>2</sub> ブロッカー含有製剤

表 2


症状名	薬効群
肝機能障害	かぜ薬、解熱鎮痛薬、H <sub>2</sub> ブロッカー含有製



	剤
腎機能障害	H <sub>2</sub> ブロッカー含有製剤
間質性肺炎	かぜ薬、解熱鎮痛薬
偽アルドステロン症	かぜ薬、解熱鎮痛薬、鎮咳去痰薬、瀉下薬 (ヒマシ油、マルツエキスを除く)、眼科 用薬(一般用点眼薬、抗菌性点眼薬、洗眼 薬)、駆虫薬、鼻炎用内服薬、外用痔疾用 薬、生薬性鎮痛薬、アレルギー用薬、内服 痔疾用薬、婦人薬
ぜんそく	かぜ薬、解熱鎮痛薬
血液障害	H <sub>2</sub> ブロッカー含有製剤

点字印刷の本体 (資料1-2)

視覚障害者の点字「おくすり講座」  
くすりの副作用 ⚠️いかに防ぐか ⚠️



編集・発行  
特定非営利活動法人 おくすり研究会  
社会福祉法人 大分県盲人協会

くすりの副作用 ⚠️いかに防ぐか ⚠️

編集・発行 矢野忠則  
発行所 特定非営利活動法人 おくすり研究会  
〒873-0211 大分県国東市安岐町馬場1303番地1  
☎ 0978-67-1640

「おくすり講座」の実施状況（資料2）

