セルフメディケーション

セルフメディケーションを支援する薬剤師の役割

東京薬科大学
薬学部　教授
加藤　哲太

政府の日本再興戦略においても、薬局は地域に密着した健康情報の拠点として、セルフメディケーション（Self-medication）の推進のために活動することが求められている。薬剤師は、生活者に最も近いところで医療の専門家として関わることができる。患者とのコミュニケーションを大切にし、病状を読み取る能力を養い、的確な薬の選択などの指導をするとともに、「〝なぜ？〟のコミュニケーション」により、生活者の医薬品に対する知識レベル向上と、薬剤師のレベルアップを図る努力が必要である。ここで構築された両者の信頼関係は、医療機関の負担を軽減し、医療費の削減にもつながる。

セルフメディケーションと薬剤師

2013年6月に閣議決定された日本再興戦略では「薬局を地域に密着した健康情報の拠点として、一般用医薬品等の適正な使用に関する助言や健康に関する相談、情報提供を行う等、セルフメディケーションの推進のために薬局・薬剤師の活用を促進する」とされている。薬局は地域に密着した健康情報の拠点として、セルフメディケーションの推進のために、一般用医薬品などの適正な使用に関する助言や健康情報に関する相談、情報提供などを実施することが求められている。薬局・薬店の「健康情報拠点としての役割」について、はっきりと国の戦略として記載されているのは興味深いことである。

◇　◇

一般的に、セルフメディケーションとは「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と定義されている。

世界保健機関（WHO）では「Self-Care」が「Self-care is what people do for themselves to establish and maintain health, prevent and deal with illness.」は「Self-medication is the selection and use of medicines by individuals to treat self-recognized illnesses or symptoms. Self-medication is one element of self-care.（セルフケアとは自分自身の健康は責任をもって守り、身体の不調を自身で予防したり、手当てしたりすることである）」と定義され、「Self-Medication」は「Self-medication is the selection and use of medicines by individuals to treat self-recognized illnesses or symptoms.（セルフメディケーションは自覚した症状や病気を治療するために、個人が医薬品を選択・使用して手当てすることで、セルフケアの一要素である）」となっている（**図1**）。

わが国ではセルフメディケーションを、セルフケアも含めた広い意味（広義のセルフメディケーション）で使用することが多いが、セルフメディケーションの本来の定義では「症状や病気を治療する」ために「医薬品を選択・使用すること」、すなわち、文字通り「medication（医薬品などによる治療）」となっている。つまり、セルフメディケーションには医薬品の専門家が介在する必要がある。

「セルフ」という言葉からは、個人に任せるという印象を強く受けてしまうが、「専門の医療機関にかかるほどでもない〝軽度な身体の不調〟を、OTC医薬品（大衆薬）を使って治療する」というのが本質である。たとえどのような経路であっても、医薬品の販売に際しては専門家（薬剤師もしくは登録販売者）が対応する必要があり、薬剤師はWHOがいう狭義の「セルフメディケーション」に必要不可欠な人材といえる。

セルフメディケーション

定義：自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること

セルフ：自分あるいは自己　　メディケーション：病気を治すこと「医療」

ケア：健康管理

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

Self-Care and Self-Medication
Definitions

Self-Care：
Self-care is what people do for themselves to establish and maintain health, prevent and deal with illness.

Self-Medication：
Self-medication is the selection and use of medicines by individuals to treat self-recognized illnesses or symptoms.　(one element of self-care)

図1　セルフメディケーションの定義

足のむくみ改善薬

要指導医薬品　効能：軽度の静脈還流障害による足のむくみ、むくみに伴う足のだるさ・重さ・疲れ・つっぱり感・痛みの改善

アンチスタックス®

製品に関するお問い合わせは、エスエス製薬（株）お客様相談室
0120-028-193 受付時間 9:00~17:30（土、日、祝日を除く）

詳細はこちら アンチスタックス 検索
http://www.ssp.co.jp/antistax/

アンチスタックスは要指導医薬品です。
アンチスタックスは薬局・ドラッグストアでお買い求めください。
この医薬品は、薬剤師から説明を受けて、「使用上の注意」をよく読んで、正しくお使いいただきますよう、ご説明ください。

エスエス製薬