



## 手術や検査前に中止する薬について

皆さんは歯を抜く前や手術の前に、「いま飲んでる薬はありますか？」と医師や薬剤師に尋ねられたことはありませんか？薬の種類によっては、抜歯や手術の前に中止が必要なものがあるため、医師や薬剤師が現在内服中の薬についてお聞きしています。そこで今回は手術や検査前に、一時的に中止する代表的な薬について説明します。



### 血液をサラサラにする薬

心臓の疾患や脳の疾患の予防と治療で用いる、「血液をサラサラにする薬」は注意が必要です。これらの薬は**出血のリスク**があるため、薬の種類によって手術前1日～2週間、一時的に内服を中止することがあります。ただし手術の内容によっては中止しない場合があります。一般的な手術における休薬期間の目安について以下の（表）に示します。

薬剤名	休薬期間 （一般的な手術）
イグザレルト	1日前
エリキュース	2日前
エフィエント	14日前
クロピドグレル	14日前
シロスタゾール	3日前
バイアスピリン	7日前
リクシアナ	1日前
ワーファリン	5日前

\*カテーテル検査では、上記の薬は休薬しないことが一般的です。

### 糖尿病治療薬（メトホルミン）

糖尿病治療薬の中でもメトホルミンなどの「ビグアナイド系糖尿病治療薬」は、注意が必要な薬の1つです。その理由は手術や検査による体調の変化によって、**乳酸アシドーシス**（嘔吐・下痢・筋肉痛）を引き起こす可能性があるため、手術や検査の2日前から内服を中止します。また他の糖尿病治療薬においても、手術や検査前の食事の有無によって中止する場合があります。

内服している薬の種類や手術・検査の内容によっても、休薬の期間が異なる場合があります。ご不明な点がある際は、薬剤師にご相談ください。

また当院の薬剤師は、入院前や入院時に患者さんの持参薬を確認しています。手術や検査前に中止すべき薬がないか確認する際、「お薬手帳」が大切な情報源となります。医療機関に受診する時には是非お薬手帳を持参しましょう。



世界中で成人の3人に1人が高血圧と言われています。高血圧は血圧が慢性的に高く「収縮期血圧が140mmHg以上」または、「拡張期血圧が90mmHg以上」の状態を指します。高血圧の原因は「塩分」以外にも、「肥満・運動不足」「過度の飲酒」「野菜果物摂取不足」「喫煙」「ストレス」などが関与しています。ぜひこの機会に普段の食生活を振り返ってみましょう。

### 食塩 目標：1日6g未満 高血圧学会推奨

現在、日本人の平均食塩摂取量は10.6gです。（長野県の平均は男性11.5g、女性9.5g）※  
長野県の男性は日本人の平均よりも摂取量が高い傾向にあります。高血圧予防のために、日頃から減塩を心がけましょう！ ※令和4年国民健康・栄養調査

#### 食塩の多い食品ランキング

- 1 麺類（約6g）
- 2 みそ汁（約2g）
- 3 漬物（約1～2g）
- 4 加工食品（約1g）
- 5 菓子類（約0.5～0.8g）

#### おすすめの減塩調味料



### 肥満 目標：BMI 25未満

肥満は高血圧の重要な発症要因と考えられています。3%の減量で降圧をきたすとの報告があり、BMI25以上の方はまずは減量を図るとよいでしょう。

週3回以上、30分程度のウォーキングやサイクリングなど有酸素運動がおすすめです！

$$\text{BMI} = \text{体重 (kg)} \div \text{身長 (m)} \div \text{身長 (m)} = 25 \text{ 未満}$$



### お酒 目標：純アルコール量 1日平均20g程度 ※厚生労働省健康日本21より

少量のアルコールは血圧を一時的に低下させますが、長期間の飲酒は血圧を上昇させ高血圧の原因となります。普段飲んでいる量がどの程度か一度確認してみましょう！

#### 適量の目安



## 地域医療連携室の紹介

地域医療連携室は、地域の医療機関、介護福祉施設、行政等と連携し、患者さんに切れ目のない医療・看護・介護を提供するための部門です。様々な職種が関り、安心して地域で生活できることを目指します。今年度より、入院サポートセンターと退院支援それぞれに看護師長が配置されました。どうぞ、よろしくお願いいたします



### 構成メンバー

医師	2名
看護師	14名
医療ソーシャルワーカー	6名
事務員	7名



## 地域医療連携室の役割

### 入院支援・前方連携

- ・他の医療機関から紹介された患者さんの当院の外来予約をお取りします。また、かかりつけ医などへの外来予約の調整を行います。
- ・地域の医療機関からの依頼により、当院のCT・RI等の医療機器を共同利用しています。検査依頼の受付と検査結果の送付を行います。

### 退院支援・後方連携

- ・当院は上小地域の急性期病院としての役割を担っており、多くの救急患者さんが搬送されてきます。限られた病床の中で、重症の方々を受け入れるため急性期を脱した時点で、早期に退院または転院していただくようお願いしております。
- ・退院後の療養生活については、患者さん・ご家族と一緒に考え、支援をさせていただきます。退院支援の看護師、医療ソーシャルワーカーが、地域の医療機関や在宅サービス事業所、保健所や行政との医療・介護・福祉の連携を図りますので、ご相談ください。

### がん相談

- ・がんの患者さんやそのご家族と悩みを一緒に考え、安心して治療が受けられるよう相談支援を行う部門を設けています。
- ・診断や治療について判断するところではありませんが、情報を提供して、一緒に考え不安を解消するためのお手伝いをしています。
- ・相談者のプライバシーはお守りし、相談内容については秘密を厳守します。

### その他

- ・セカンドオピニオンの相談、ご予約
- ・医療費や生活費等、経済的問題に対する相談、福祉制度の活用など
- ・身寄りのない患者さん、複合的な社会的課題、就労支援など
- ・妊娠 SOS (望まれない妊娠) 窓口

