

ポートフォリオうんちく (2)

8月号で、「ポートフォリオ」は、自分がいつどこで、何を学び、何を感じたのか、自分はどう変わったかを自分自身に問いかけて、高めてくれるツールだとお話しました。このようにポートフォリオは、学んだことを学びっぱなしにせず、学習効果を高めるためのツールですが、一方で学習には必ず「学習目標」というものが存在します。自分はこの講演会に参加して何を学ぼうと思ったのか、このことを調べて何に利用し

ようと思ったのかなどがそれにあたります。このように目標をもって学習することで、学習の焦点が絞られ、その効果もより上がるでしょう。そして、この「学習目標」も一緒にポートフォリオに記載することで、後から振り返った際に、自分は学習目標を達成できているかどうかを評価でき、結果的に自分の成長につなげることが出来るのです！

「道薬誌」(2013年7月号)『最新の治療ガイドライン』についての実践記録

| テーマ | 痛みの分類……痛みの分類と、それに対する鎮痛薬 |
|--|--|
| <p>痛みの分類</p> <p>①体性痛：皮膚や骨、関節、筋肉などの体性組織への、切る・刺すなどの機械的刺激が原因で発生する痛み。損傷部位に痛みが局限。<u>非オピオイド鎮痛薬・オピオイド鎮痛薬が有効。</u></p> <p>②内臓痛：胃・食道・小腸・大腸などの炎症や肝臓・腎臓などでがんの浸潤、圧迫、臓器皮膜の急激な伸展などが原因で発生する痛み。局在が不明瞭であるのが特徴。嘔吐や発汗などの随伴症状や、病巣から離れた場所に痛みが発生する関連痛も発生する。<u>非オピオイド鎮痛薬・オピオイド鎮痛薬が有効。</u></p> <p>③神経障害性疼痛：末梢・中枢神経に伴って発生する痛み。灼熱痛や電撃痛に代表される自発痛、痛覚過敏や感覚過敏、異常感覚に大別</p> | <p>される。<u>非オピオイド鎮痛薬・オピオイド鎮痛薬の効果が乏しい場合あり。</u></p> <p>オピオイドの副作用と対策</p> <p>①眠気：投与開始初期や増量時に出現しやすいが、耐性が速やかに生じ自然に軽減ないし消失しやすい。</p> <p>②嘔気・嘔吐：がん患者では他の要因によって嘔気・嘔吐が生じる場合があるので、治療可能な原因を評価し、治療を検討する必要。使用中の薬剤を確認し、嘔気の発現や増悪との時間関係を検討することが必要。オピオイドが原因の場合は減量を考慮しながらまずは経過観察。エビデンスレベルは低いですが、オピオイドの変更も対策の一つ。モルヒネ→オキシコドン or フェンタニル、オキシコドン→フェンタニルの変更。</p> |

添削コメント

痛みとその治療薬について簡潔にまとめられた、わかりやすいポートフォリオですね♪
うんちくで解説(前頁参照)したように、ポートフォリオに大切なのは「後に自分が学習したことを振り返る」ことですが、備忘録としての役割もあります。そのことを意識して書くと、作りっぱなしではなく、より利用度の高い素敵なポートフォリオになること間違いなしです♪

改善策としては、ポートフォリオの内容が、見てすぐわかるようなタイトルをつけてみましょう。例えば、このポートフォリオでは、タイトルが「痛みの分類」となっていますが、中身を読むと、実は痛みの分類だけでなく、それぞれの痛みに対する鎮痛薬の有効性と使用上の注意についても書かれています。そこで、タイトルを「痛みの分類とそれに対する鎮痛薬の有効性および使用上の注意点について」とすると、中身がよくわかりますよね！

また、さらに時間に余裕があるときに、このポートフォリオに「痛みの分類とそれに対する鎮痛薬の有効性および使用上の注意点について」というタイトルに沿って、内容を追加してみるのも良いかもしれませんね♪
(北海道薬科大学 准教授 山下 美紀)

「道薬誌」本号(9月号)『話題のクスリ』についての実践記録

| テーマ | ロタテック®(5価ロタウイルスワクチン)内用液 |
|---|---|
| <p>はじめに</p> <p>ロタウイルスは5歳未満の乳幼児にみられる重度の下痢の主な原因であり、ほぼすべての小児が感染し医療資源に大きな影響を与えていることから、ロタウイルスワクチンの開発が求められていた。</p> <p>組成・製法</p> <p>弱毒生ロタウイルス株(WI79-9株、SC2-9株、WI78-8株、BrB-9株、WI79-4株)を培養して製造した単価ワクチンを希釈し5価ワクチンとした液剤である。</p> <p>効能・効果</p> <p>ロタウイルスによる胃腸炎の予防に用いられるが他のウイルスに起因する胃腸炎を予防できない。</p> <p>用法・用量</p> <p>生後6～32週の間にある乳幼児に経口接種するが、初回は6週齢以上とし、4週以上の間隔をおいて32週までに3回経口接種。接種量は毎回2mLとする。初回接種は生後14週6日までに行う。</p> <p>調べたこと</p> <p>・ロタウイルス胃腸炎：「ロタ」はラテン語で</p> | <p>「車輪」の意味。電子顕微鏡で見ると車輪のような形をしている。ロタウイルス胃腸炎の症状は、突然の激しいおう吐と米のとぎ汁のような水様性の下痢を繰り返すのが特徴的で、発熱を伴うこともある。ロタウイルスは脳炎・脳症の原因の第3位で、脳炎・脳症になると後遺症が残る場合もある。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 他のワクチンとの併用：生ワクチンの接種を受けた者は、通常、27日以上、また、不活化ワクチンの接種を受けた者は、通常、6日以上間隔をおいて本剤を接種すること。ただし、医師が必要と認めた場合には、同時に接種することができる。なお、本剤を他のワクチンと混合して接種してはならない。 ・ ワクチンの効果：ロタウイルスはさまざまなGとPの血清型の組み合わせが存在し、ロタウイルス胃腸炎の原因となるウイルスの血清型はG1P[8]、G2P[4]、G3P[8]、G4P[8]、およびG9P[8]の5つで、全体の約90%を占める。流行する血清型は予測不能で年によって変動するが、ロタウイルス胃腸炎ロタテック内用液は5つの血清型を含み、流行頻度の高い血清型の組み合わせ(G×P)に幅広く対応し、ロタウイルス胃腸炎の予防効果が期待できる。 |

添削コメント

ワクチンについて、効果や使用方法、注意点などをまとめたポートフォリオですね。項目毎に必要な情報がまとめられていて、とてもわかりやすいと思います。

ここでさらに、より使えるポートフォリオに変身させるため、うんちくで解説したように、最初に「学習目標」を追加してみてもどうでしょうか？

「今回、ロタテックについてまとめようと思ったきっかけは？」「これをまとめることで、自分がどうなることを目指していたのか？」ちょっと考えてみてください。

例えば「ロタテックが新たに病院に採用になったので、調剤時にスムーズに処方を確認できるように、ロタテックの基礎知識を身につけるゾ！」→これを文頭に書いてから、まとめようとする……あら不思議!!まとめ方も変わってきませんか??

(北海道薬科大学 准教授 山下 美妃)

国試問題を解いてポートフォリオを書いてみよう！

◆ JPALS 国家試験問題 ◆

問1 68歳男性。身長172cm、体重82kg。心筋梗塞の既往歴を有し、高血圧と糖尿病のため、以下の処方で治療を継続している。

(処方1)

アスピリン腸溶錠100mg

1回1錠 (1日1錠)

オルメサルタンメドキシソルミル錠10mg

1回1錠 (1日1錠)

1日1回 夕食後 14日分

(処方2)

グルメピリド錠1mg

1回1錠 (1日2錠)

メトホルミン塩酸塩錠250mg

1回1錠 (1日2錠)

1日2回 朝夕食後 14日分

この患者に対する指導として、正しいのはどれか。2つ選べ。

- 1 納豆やクロレラはアスピリン腸溶錠の作用を増強するため、摂取しないように指導した。
- 2 心筋梗塞の再発予防のため、オルメサルタンメドキシソルミル錠により血圧を下げる必要があることを説明した。
- 3 食品包装に表示されているナトリウム量を参考にして、1日のナトリウム摂取量が6gを下回るように指導した。

4 心血管保護のため、強度の運動を行うよう推奨した。

5 処方2により低血糖症状が現れた場合は、ブドウ糖又はショ糖を摂取するよう指導した。

問2 一般用医薬品の第1類医薬品の取り扱いとして、誤っているのはどれか。1つ選べ。

- 1 第2類医薬品と区別して陳列した。
- 2 医薬品を購入しようとする人の手が直接触れられない場所に陳列した。
- 3 医薬品を購入しようとする人からの相談に薬剤師が対応した。
- 4 医薬品を購入しようとする人に、その医薬品の情報を記載した書面を用いずに説明した。
- 5 現在使用している医療用医薬品との重複がないか確認した。

▶ 解答・解説 ◀

問1 解答：2・5 実践問題より

解説

- 1 アスピリン腸溶錠と納豆、クロレラとの相互作用は報告されていない。
- 3 高血圧症治療における減塩は、1日6g未満を目標とする。現在、食品の栄養表示は食塩ではなく、ナトリウム(Na)(mg

/100gあるいはmg/100mL)表示となっており、Naと食塩相当量の関係は次の式で表される。

$$\text{食塩相当量 (g)} = \text{Na (mg)} \times 2.5 \div 1000$$

- 4 心筋梗塞の予防には、強度ではなく、適度な運動が効果的である。

問2 解答：4 必須問題より

解説

4・第1類医薬品を販売する際は、薬剤師がその適正な使用のために必要な情報を厚生労働省令で定める事項を記載した書面を用いて提供しなければならない。