

指導例報告

記入日： 年 月 日

報告者氏名： _____ 保有資格： 薬剤師 _____ 担当部署： _____

主題	職業に合わせた生活指導																				
プロフィール (患者背景)	①性別：男性 ②年齢：56歳 ③家族構成：妻、子供 ④職業：運送業 ⑤特記事項：外食が多い 支援の場面：外来患者																				
既往歴・現病歴、 治療状況	2018年1月の健診で高血圧、高尿酸血症を指摘され降圧薬（カンデサルタン4mg、アムロジピン2.5mg）、高尿酸血症治療薬による治療が開始されたが、血圧コントロール不良が続いている。																				
相談内容、 処方箋・診療情報・ 介護状況などから みた課題	服薬アドヒアランス良好だが、血圧コントロール不良（血圧150/90mmHg台） 外食が多く、塩分制限指導が必要。																				
生活習慣・環境 に関わる特記事項	運送業のため、外食が多く飲水が少ない。																				
薬学的見地からの 指導内容（期間・ 課題・計画）	指導期間：2020年4月～7月。 降圧薬（カンデサルタン4mg、アムロジピン2.5mg）が処方されているが血圧コントロール不良。 運送業のため、利尿薬以外の降圧薬の追加・増量を検討。 降圧薬服用中であり、自動車の運転時には注意が必要であること。 外食が多いため、減塩指導も必要。																				
主なエピソード (臨床経過と関わり)	<p>(事例の経過と指導計画に対する遂行状況、新たな課題と取り組み など)</p> <p>降圧薬（カンデサルタン4mg、アムロジピン2.5mg）、高尿酸血症治療薬が処方されていた。 服薬アドヒアランス良好であったが、血圧が150/90mmHg台でコントロール不良であり、担当医から薬剤選択を相談された。生活状況を問診すると、生活が不規則で外食がほとんどであった。 塩分摂取量が多いことが考えられ、サイアザイド系利尿薬が候補薬に挙げたが、運送業のため利尿薬は使いにくく、現在の降圧薬の増量（カンデサルタン8mg、アムロジピン5mg）となった。 血圧管理には服薬以外にも塩分制限が重要であることを説明し、生活習慣改善を指導した。 ただ、職業的に外食は避けられないため、外食での塩分制限の工夫（メニュー選択やラーメンのスープは飲まないなど）について指導した結果、3か月後には血圧は130/80mmHg台まで改善した。 高尿酸血症は以前より指摘され薬物治療を受けていたが、職業的に日々の水分摂取を控えていた傾向があった。 尿酸排泄には水分摂取が重要であることから、業務に支障が出ないように帰宅後に多めの水分を取ることを勧め、尿酸値も9.2mg/dLから7.6mg/dLと改善が認められた。</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <caption>血圧と尿酸値</caption> <thead> <tr> <th></th> <th>2020年4月</th> <th>2020年5月</th> <th>2020年6月</th> <th>2020年7月</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>収縮期血圧 (mmHg)</td> <td>153</td> <td>147</td> <td>142</td> <td>138</td> </tr> <tr> <td>拡張期血圧 (mmHg)</td> <td>96</td> <td>90</td> <td>85</td> <td>81</td> </tr> <tr> <td>尿酸値 (mg/dL)</td> <td>9.2</td> <td>8.6</td> <td>8.1</td> <td>7.6</td> </tr> </tbody> </table>		2020年4月	2020年5月	2020年6月	2020年7月	収縮期血圧 (mmHg)	153	147	142	138	拡張期血圧 (mmHg)	96	90	85	81	尿酸値 (mg/dL)	9.2	8.6	8.1	7.6
	2020年4月	2020年5月	2020年6月	2020年7月																	
収縮期血圧 (mmHg)	153	147	142	138																	
拡張期血圧 (mmHg)	96	90	85	81																	
尿酸値 (mg/dL)	9.2	8.6	8.1	7.6																	
他職との連携	医師と連携し薬剤調節するとともに、栄養士と連携し減塩を含めた栄養指導を実施。																				
評価、考察、 課題等	降圧薬（カンデサルタン4mg、アムロジピン2.5mg）と高尿酸血症用薬が処方されていたが、血圧が150/90mmHg台でコントロール不良であった。 服薬アドヒアランス良好だが、外食が多く、塩分摂取量が多かったため、降圧薬の増量と塩分制限を指導した結果、血圧の改善が認められた。 職業柄外食は避けられないため、メニューの食べ方の工夫による塩分制限が効果的だった。 尿酸値も水分を工夫して取ることで、ある程度の改善が認められた。 ただ、尿酸値の改善は水分摂取だけでなく食事の改善も大きく影響していると考えられた。 今後は、この生活習慣を継続できるかが大きなポイントとなる。健康手帳に記録し成果を確認することでモチベーションを維持するとともに、食事と血圧手帳の備考欄に記録し、食事と血圧の関係が意識できれば、継続的に生活改善ができると考えられる。(350文字)																				