

令和5年度城西国際大学公開講座が開催されました

城西国際大学公開講座は、これまで医療、介護から地域観光についてなど幅広いテーマで開催されています。今年度は3回開催されました。

10月22日には、城西国際大学薬学部医療薬学科太田篤胤教授から、「今話題の腸活を考える」というテーマで講座が開かれました。

講座では健康と腸内細菌の関わりについて、最新のデータに基づいた解説、また自身も腸活に関わる食品開発に携わった経験談とともに、腸活を実践する上で摂取すべき食物、生活習慣での大切なポイントなどについての具体的な説明がありました。

腸活はマスコミに取り上げられる機会も増え、身近な話題でもあることから、参加者からも積極的にヨーグルトやオリゴ糖の効果的な摂取方法や腸内環境を整える善玉菌についての質問がありました。



第2回は、11月29日に薬学部医療薬学科平田隆弘教授から「微生物との共存」の講座が開かれました。HIVや結核などの感染症とコロナの患者数を比較するなど、コロナウイルスの感染力の強さ、コロナ禍による自粛がもたらした行動意識の変化による課題などの説明がありました。



現在AMR（薬の効かない菌）のまん延による脅威が世界的な問題となっており、ウイルスに効果の薄い疾患の場合には薬の処方が控えられ、診療を受けてもクスリが出ないこともあるとのことでした。また薬が処方された場合は、症状が改善しても最後まで飲み切ることが大切というお話もありました。

聞きなれない「AMR」という言葉でしたが、コロナ以上に生命・生活に影響があると予測されており、対策のためには、抗菌薬や抗生物質への正しい知識を持つことが大切であるとの講義をしていただきました。

第3回は、2月7日に痛風・高尿酸血症の原因や予防、また治療に用いられる薬などについての講座が薬学部医療薬学科中村洋准教授により開かれました。

以前は「ぜいたく病」と言われた痛風ですが、食環境の向上などから、誰でもなる疾患になっています。発作が起こりやすい人の傾向や高尿酸血症や激しい痛みの原因についての解説とともに、プリン体の多い食品と少ない食品の見分け方などについて具体的な例を挙げながらわかりやすく説明をいただきました

参加者からは、「プリン体の過剰摂取にならないための食事や生活習慣について新たな知識や気づきを得られた。」「事例説明があり自分で気を付けることが具体的に理解できた。」などの感想をいただきました。

