

女性アスリートの健康管理、働く女性にも展開

“薬樹の星” 古川美紀さん

スポーツファーマシストの最大の役割は「選手を禁止薬物から守ること」。薬樹薬局では現在、27人のスポーツファーマシストが活躍している。その中でも、禁止薬物によるドーピング問題だけでなく、女性アスリートにおける女性特有の「月経」に関する正しい情報を発信し、さらに、女性アスリートのヘルスケア管理の知見を社会で働く女性の健康サポートにも役立てているのが、“薬樹の星”古川美紀さんだ。

アスリートに最高のパフォーマンスを

禁止薬物は医薬品ばかりでなく、アスリートに身近なサプリメントやプロテインにも混入しているケースが少なくない。漢方薬の葛根湯にも入っていて、競技中は飲めないという。

「禁止薬物だけでなく、眠気を誘う成分などもチェックして、アスリートに最高のパフォーマンスを発揮していただくのがスポーツファーマシストの役目です」

アスリート自身に知識や自覚がある場合は、薬局で自ら薬剤師に相談してくれるが、自発的な行動もなく、普段着で来局した場合など、体格や服装から「アスリートの方ですか？」と声をかけるのも大切なことだという。

古川さんがスポーツファーマシストになった理由は、二人のお子さんがスポーツをしており、将来役に立つだろうと思ったからだという。子どものころから、ドーピング問題に関心を持ち、気をつける習慣を身につけておくことは大切だ。

女性特有の健康問題の相談にも応じる

古川さんは21年に、女子サッカー・なでしこリーグの「大和シルフィード」のサポートスタッフに就任し、健康サポートパートナーとして活躍中だ。

ドーピング問題だけでなく、女性特有の「月経」についても相談に応じたり、正しい情報を発信したりしている。

「基礎体温を測ったり、痛み止め、低用量ピルを服用したり、女性アスリートが試合でパフォーマンスを発揮するための健康管理は、働く女性が仕事をする上でも参考になります。仕事を休んだり、寝込んだりすれば、本人ばかりでなく、周りもツライ思いをします。また生理痛などの女性特有の悩みは、男性の理解も大事であり、セミナー等でお話させていただいています」

更年期の悩みでも、スポーツファーマシストとしての知見は役に立つと言う。

「サプリメントやホルモン補充療法など

打つ手はあります。自分が楽になれば、家族も、周囲も楽になる。女性自身が知識を身につけることで対処方法を選ぶことができ、チャレンジできることが増えると思います」と古川さん。

情報はネット等に溢れているが、「正しい情報を発信していきたい」と、スポーツファーマシストの役割と可能性を広げていきたい考えだ。



スポーツファーマシスト・古川美紀さん

[薬樹株式会社 \(yakuju.co.jp\)](http://yakuju.co.jp)

関連サイト：[スポーツファーマシスト \(playtruejapan.org\)](http://playtruejapan.org)