



上田薬剤師会 発

薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.78

Vol.78

地域の皆さんの健康のために
さまざまな活動をしている
上田薬剤師会から、
健やかな毎日をつくるために
ちょっと役立つお話を
お届けしていきます。

毎月「第2土曜日」の
週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

今月のTOPICS

おくすり手帳 活用していますか?

春は異動の季節。引っ越しをする人もいますでしょうか。その際、忘れないで持って行っていただきたいのが「おくすり手帳」です。この春、おくすり手帳についてあらためて見直してはいかがでしょうか。薬剤師の飯島裕也さんに聞きました。



おくすり手帳のメリット

たとえば、整形外科と内科など、受診中の医療機関が複数あっても、**おくすり手帳があれば、処方された薬の内容を一元的に管理できます。**それにより、成分の重複や飲み合わせのチェックなどが可能になります。またアレルギー歴や副作用の履歴なども記入しておくことで、医療機関に自分を伝えるツール、そして自分を守るツールになります。

01 入院したとき!

入院した際、治療用に出されるお薬も、**ふだん飲んでいる薬と重複がないか、飲み合わせはどうか、確認する必要があります。**そんな時、入院した医療機関におくすり手帳を見てもらえば、対応がスムーズです。

02 緊急時に!

もしも、自宅で救急車を呼ぶような事態になってしまった時、到着した救急隊員に瞬時に正確な情報を伝えることは難しいですよね。気が動転していたり、動けなくなっているかもしれません。救急車に乗る時は、**すぐにおくすり手帳を出せるようにしておきましょう。**家族にも置き場所を共有しておきましょう。



ちょっと薬剤師メモ

- 「緊急医療情報キット」なるものが、全国の自治体で活用され始めています。薬剤情報提供書や保険証の写し・おくすり手帳の写しなどをケースに入れて冷蔵庫に保管し、もしものときには救急隊員に見つけてもらって、迅速な処置や搬送のために役立ててもらおうという取り組みです。おくすり手帳、大事なんです。

おくすり手帳をもっと活用しよう

01 マメにメモを!

処方されたお薬を服用して、症状が改善したか、副作用があったかどうか、どんな症状で受診したのか、お薬が飲めたか、などの状況をその都度メモしておきましょう。特に小さいお子さんの場合に有効なので取り組んでみてください。

02 健康食品やサプリメント、好きな飲食物も記録を!

健康食品やサプリメントといえども、飲み合わせには注意が必要です。病気によっては禁忌の成分もありますので、**継続して摂取するもの、さらにはよく食べる食べ物、飲み物などもメモしておく**と、リスクに気づいてもらいやすくなります。

03 院内で処方された薬も、記録を!

医療機関によっては、院内で処方薬まで出してくれる場合もありますね。その際も、できるだけ記録してもらい、またはシールを貼るなど対応してもらってください。

詳しくは、**かかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください!**

◀上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

もっと知りたい医薬品! //

特集 医薬品等の分類

vol.2

先月は「医薬品」の中の種類のお話を聞きました。医薬品以外の分類は、どうなっているのでしょうか? 今月も、行政薬剤師の河原慎一郎さんに聞きました。



医薬品

病気の診断・治療・予防に使用されることが目的とされるもの。有効成分による効果・効能を厚生労働省が認めた「薬」。

- 医療用医薬品 ※医師の診断による処方せんに基づき、薬剤師に調剤してもらいます。
- 一般用医薬品(OTC医薬品) ※薬局やドラッグストアの店頭で、自らの判断で購入できます。(一部、薬剤師による対面での情報提供が必要なものもあります)

医薬部外品

厚生労働省が認めた有効成分が一定の濃度で配合されているもの。積極的に治療に使われるものでなく、「防止」や「衛生」が目的といえます。「薬用〇〇」と言われるものは医薬部外品を指します。

例 リポビタンD、シュミテクト、ユースキンA、新ビオフェルミンS錠 etc.

※薬局、薬店、ドラッグストア等で購入できます。

化粧品

人の体を清潔にし、美化などさせるもの。**薬ではないため、効果効能をうたうことはできません。**また、安全性、有効性、品質を国が保証するものではありません。 ※薬局やドラッグストア以外でも購入できます。

食品

医薬品、医薬部外品を除くすべての飲食物。

●保健機能食品

国が定めた安全性や有効性の基準を満たしたもの。健康の維持・増進に役立つ範囲で決められた表示等ができる。

●特定保健用食品【トクホ】

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、「コレステロールの吸収を抑える」などの表示が許可されている食品。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。

例 オリゴ糖、キシリトール etc.

●栄養機能食品

一日に必要な栄養成分(ビタミン、ミネラルなど)が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品。すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出などをしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができます。

例 マルチビタミン、カルシウムや亜鉛のサプリメント etc.

●機能性表示食品

事業者の責任において、科学的根拠に基づいた機能性を表示した食品。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健用食品とは異なり、消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。

例 えんきん、ブルーベリーアイ、カロリーミット、恵ガゼリ菌 etc.

●一般食品(保健機能食品以外の食品。いわゆる健康食品を含む)

「健康食品」、「栄養補助食品」、「健康補助食品」などと表示されているものは、国が法律で規制しているものではなく、表示の許可や届出の必要もありません。「病気が治った」「ガンに効く」など、万病に効くような広告の「いわゆる健康食品」もありますので、騙されないよう注意しましょう。

医薬品と違って、食品(保健機能食品、いわゆる健康食品)に**病気を治す効果はありません。**よって摂取しても改善されない場合や、持病のある人は悪化する可能性があります。さらに**服用中の医薬品との相互作用**もあるので、自分の判断だけで購入せず、かかりつけ薬剤師に相談してください。

