

薬剤師の

ちょっと楽に立つお話

今月のTOPICS

持っていますか?「お薬手帳」

薬局を利用した際にもらったり、シールを貼ってもらったりする「お薬手帳」。正しく利用していますか?本来どのように使うものなのでしょうか。

薬剤師の飯島知子さんに聞きました。



○ お薬手帳の活用方法

薬の名前はカタカナが多く、何種類も覚えるのは難しいものです。でもお薬手帳があれば、自分がこれまで飲んだ薬の名前を記録しておくことができます。

○ お薬手帳はこう使う!

① 医療機関を受診する際、先生に見せましょう

患者さんが服用している薬の種類や副作用の経験の有無、患者さんの体質などを先生がチェックできます。複数の医療機関にかかる場合には、作用の同じ薬が重複することを防ぐこともできます。

② 薬局を利用する場合も、薬剤師に提示しましょう

「かかりつけ薬局」であれば薬の重複や飲み合わせの確認はすぐにできますが(右記事参照)、薬局を複数利用している場合は、みなさんの体質や薬歴が一目でわかるお薬手帳の情報が不可欠です。

③ お薬の連絡帳として

お薬手帳は「連絡帳」の機能も果たしてくれます。アレルギーの有無や身体に合わないお薬の有無(わかれれば名前も)などの個人的な情報も一緒に記入しておきましょう。

さらに、医者や薬剤師に伝えたいこと、尋ねたいことをメモしておくとよいでしょう。医療機関と薬局での二重チェックを経て、より安全に薬を使用できるようになります。

④ 本人がお話し出来ないような緊急時にも

万が一の緊急事態にも、家族の方がお薬手帳を医療機関へ持参すれば、非常に役に立ちます。

東日本大震災の被災地では、薬をなくした多くの患者さんが、お薬手帳で助かったそうです。

...

お薬手帳を一人一冊携帯することで、その情報が様々な場面で役に立ちます。保険証や診察券と一緒に管理するのもよいでしょう。



※手帳を携帯するのはちょっと…という方は、スマートフォン等で利用できる無料のアプリ「電子お薬手帳」があります。ダウンロードして、活用してみてください。詳しくはかかりつけ薬局におたずねください。

はい、お答えします!

このコーナーでは毎月、読者の方からの質問に薬剤師がお答えします。お薬に対する素朴な疑問、質問、なんでもお寄せください。

Q1. 漢方薬には副作用がないのですか?

A1.

漢方薬も「医薬品」です。効果もあれば副作用もあります。西洋薬に比べて少ないとは言われていますが、人によって違いがありますので、注意が必要です。副作用を見れば、「低カリウム血症」や「肝機能障害」等重篤な状況を引き起こすものもあります。また他の医薬品との併用により「間質性肺炎」や長期服用による「腸間膜静脈硬化症」の重篤な副作用もあります。「漢方薬だから安心・大丈夫」ではなく、専門家の管理のもとで適切に使用することが重要です。詳しくは「かかりつけ薬局」へご相談ください。

地域の皆さんのがんのためには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届けていきます。

毎月「第2土曜日」の週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

薬局を上手に活用しよう!

~「かかりつけ薬局」のすすめ②~

かかりつけ薬局を持つメリット

一緒に薬を管理したり、自分の体や家族の健康について、気軽に悩みを相談できる「行きつけの薬局」=「かかりつけ薬局」を持つことをおすすめします。

「かかりつけ薬局」を持っていると、どんなメリットがあるのでしょうか。

「薬の重複・飲み合わせ」をチェック

「薬歴(薬の使用歴)」を管理

薬を服用する基本は、用法・用量をしっかりと守って飲むことですが、同時期に複数の医療機関を受診する際には注意が必要です。複数の処方せんが出された場合、実は同じような薬が「ダブって」処方されている場合があるのです。

たとえば、内科で処方された薬と整形外科で処方された薬のなかに、名前は違っていても、どちらにも痛み止めが入っていることがあります。薬の飲み過ぎは体に悪影響を及ぼします。これを防ぐお手伝いをするのが「かかりつけ薬局」です。

複数の処方せんを一つの薬局で管理してもらうことで、お薬のダブりをチェックできるほか、よくない飲み合わせがあった場合にも、事前に医師に確認するなどして防ぐことができるのです。

もちろん処方せんの調剤だけでなく、一般用医薬品や健康食品についても同様です。薬のプロフェッショナルである薬剤師が、頼りになります。

◎今まで何気なく利用していた薬局を、もう一度見直してみませんか?

わにしおかかつけ

薬局薬剤師インタビュー

上田市上田原で「薬剤師が全員女性」という薬局を経営する、竹内一代さん、堀内留美さんにお話をうかがいました。

Q 患者さんのために工夫していることはありますか?

一近くには一人暮らしの高齢者の方も多いので、新聞や健康雑誌をたくさん置いたり、給茶機を設置してゆっくりしていただけるスペースをつくっています。特別に用事がなくても新聞を読みに来る方や、おしゃべりに来る方もいらっしゃいますよ。

Q かかりつけ薬局の良さってなんですか?

一地域の薬局は横のつながりが強く、さまざまな情報を持っているんですね。薬や健康、医療のことだけではなく、介護やその他のことまで、ついでにいろいろな相談を受けることがあります。専門でないことは他の機関を紹介するなど親身に手助けすることを心がけています。

Q 読者の皆さんにひとこと

一患者さんが困ったときに頼りにしてくれる、喜んでもらえると私たちも嬉しいのです。どんなことでも構いませんので、お気軽にお立ち寄りください。地域の薬局を、ぜひ上手に利用してください。



▲2人で薬局を共同経営する堀内さん(左)と竹内さん(右)



▲女性特有の悩みも相談しやすい優しい雰囲気です



▲新聞や読み物がたくさん置いてあります

上田薬剤師会の会員薬局は24時間365日、

地域の皆さまのかかりつけ薬局として、医薬品の安定供給に努めています。