



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.91

Vol.91

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

連休と体調とお薬の準備

例年とは様子が違いますが、今年もゴールデンウィークが近づいてきました。連休を迎えるにあたって、お薬や体調にかかわること
で心配がいらぬよう、準備をしておきましょう。

「いつもの薬」がなくなる前に

慢性の疾患などで定期的にお薬をもらっている人は、連休分のお薬が間に合うかどうか今のうちにチェックしておきましょう。お薬の終わりが連休にかかりそうな場合、また不足しそうな場合は早めに医療機関を受診しておきましょう。

おくすり手帳は持って出かけましょう

出かける際には、おくすり手帳を持っていきましょう。出かけた先でもしも具合が悪くなったり、病気やけがをして医療機関を受診した場合にも、ふだん飲んでいる薬やこれまでの副作用歴などの記録があると、対応がスムーズです。

お休み中、体調不良になったら

もしもお休み中に体調が悪くなったら、上田薬剤師会の薬剤師・薬局が頼りになります。お電話いただければ、様子をうかがって、対処のアドバイスをさせていただきます。



GW

休日

夜間

かかりつけでなくてもOK!
お近くの薬剤師・薬局へ!

お薬のことで困ったときは… まずは
「かかりつけ薬剤師・薬局」
へ連絡しましょう!

休日 に連絡がつかない場合は、お近くの「休日当番薬局」へ!

※「週刊うえだ」内に当番薬局一覧が掲載されています。
※当番薬局は、ホームページでも確認できます。

<http://www.uedayaku.org/>



夜間 に連絡がつかない場合は、★当番薬局へ転送されます★

夜間受付電話 ☎0268-21-0660へ! (午後7時~翌朝7時)

ふだんから、何でも相談しやすい

「かかりつけ薬剤師・薬局」を持っておくと、いつでもあしんです。

はい、お答えします!

Q. 軟膏の使用に関して目安はありますか?

A. 軟膏の種類にもよりますが、軟膏剤を塗る量の目安としてFTU (フィンガーチップユニット) という単位があります。人差し指の先から第一関節までチューブから出した量(約0.5g分)が手のひら2枚分の面積に塗れる量とされています。ただしお薬によっては使い方が異なるので、かかりつけの医師、または薬剤師・薬局に相談してください。



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。

宛先
ハガキ 〒386-0012 上田市中央6-3-41
週刊うえだ「はい、お答えします!」係
メール weekly-ueda@po3.ueda.ne.jp
FAX 0268-22-6201



特集 薬剤師を頼りにしてください!

シリーズ その③

ご自宅までうかがいます 「在宅服薬管理・服薬指導」

薬局に来られなくなった患者さんのお宅におじゃまして服薬のお手伝いをしたり、お薬の管理のお手伝いをすることができます。薬剤師の飯島知子さんにお話を聞きました。



こんなケースがありました

事例1 80代女性

足が悪くなって薬局に来られなくなってしまったので、調剤したお薬をご自宅に届けるように。訪問して服薬の状況を見せてもらうと、朝、昼、夕、寝る前と1日4回飲む薬に、たびたび飲み忘れがあった。

- ▶ 一回に飲む分をまとめて一包化し、日付を印字。2週間分の服薬カレンダーを活用して、飲み忘れを「見える化」しました。
- ▶ ぜんそくの吸入薬についてはチェック表にして〇×してもらい、忘れずに確認できるようにしました。

劇的に飲み残しが減りました!

事例2 70代女性

便が安定しないと不安。

- ▶ トレーに薬を1日分ずつ分けて、7日分を設置。7日ごとに訪問して様子を聞き、下剤の量を調整するなど対応しました。

体調はもちろん、何より本人の気持ちが安定し、服薬に前向きになってくれました!

事例3 70代女性

基本的にお薬に対して苦手意識がある方。「薬を飲むと体調が悪い」「薬を減らしてほしい」と訴えがあった。

- ▶ お薬はしっかり飲まないため効果がでないため、量が減るところか増えてしまう場合があります。「まずは、出された分を毎日きちんと飲んでみましょう!」…励ましながら飲んでもらい、様子を見ました。

体調を見て処方の変更を医療機関に相談するなどして、結果的に薬の量をだいぶ減らすことができました!

事例4 80代男性

すべてを管理していた奥様が亡くなり、薬が飲めなくなってしまった。

- ▶ 水に溶かしてみよう → 飲み残してしまう。 ▶ つぶしてみよう → 飲めた!

剤型を見直す工夫をし、本人に合った飲み方の改善提案ができました!

計画書と報告書で医師と連携

在宅服薬指導(居宅療養指導)には、医師の指示が必要です。一人で病院に行けない、付き添いが必要な患者さんについて指示をもらい、薬剤師が服薬管理の計画書を提出。さらに、その後の結果を報告書にします。薬剤師は先生と患者さんの間に立って、患者さんに薬をしっかりと飲んでもらうことで治療を成功に導きます。患者さんとの信頼関係があり、ご近所の薬局だからできる大切な役割です。



かかりつけ薬剤師・薬局を、ぜひ頼りにしてください!

◀ 上田薬剤師会「認定基準薬局」の目印、グリーンクロス看板

