

現在、多くの方が利用されているお薬手帳ですが、まだ利用されていない方がみえるため、服用されているお薬内容が確認できない場合もあります。今回は手帳の活用方法についてご説明します。

お薬手帳とは、いつ、どこで、どんなお薬を処方してもらったかを記録しておく手帳です。複数の医療機関を受診する時や、転居した時など、『お薬手帳』を見せるだけで、あなたのお薬のことをわかってもらえます。その他に ・旅行する時 ・薬局で薬を購入する時 ・転居して、新しい医療機関を受診する時 ・休日診療所や救急病院を受診する時 ・災害にあった時にも役に立ちます。

【おくすり手帳 5つの活用法】

1. 医療機関にかかる時は必ず持って行きましょう 薬の重複やよくない飲み合わせ、同じ薬による副作用の再発を防止。薬の使用の記録があることで、より安全に薬を使用することができます。
2. 言いたい事や伝えたい事を書いておきましょう 体調の変化や気になったことなど記入。
3. 一般用医薬品(OTC医薬品、大衆薬)・健康食品も記録して 思いがけない、よくない組み合わせ・食べ合わせが見つかることがあります。
4. いつも携帯・いつも同じ場所に保管して 旅行先で病気になった時や災害時に避難した時、救急のときなど、お薬手帳があれば、あなたが飲んでる薬を正確に伝えられます。ご家族にも、あなたがお薬手帳を持っていることを知らせておきましょう。
5. 一冊にまとめましょう 飲んでいるすべての薬を「1冊で」記録することが大切です。

他の医療機関を受診する時や、薬局で薬を購入する時などに、「いつもの薬といっしょに飲んでよいか」をチェックしてもらえます。

相互作用とは

複数のお薬を服用した時に、個々の薬では見られない作用が現れることがあります。相互作用には効きが強くなったり、弱くなったりする場合があります。薬だけではなく食べ物や飲み物によっても起こる場合があります。高血圧や糖尿病の薬などの服用には特に注意しましょう。



お薬手帳には飲み残した薬の数を記入できるようになっています。受診時には記入し、飲み残した薬の調整に役立てましょう！



6ヶ月以内に同じ薬局を利用し、その際にお薬手帳を持って行った場合には、薬剤服用歴管理指導料が3割負担の方で30~40円程度、料金が安くなりますので活用しましょう。