

お薬手帳は私の一番身近なカルテ!?

~備えあれば憂いなし!!お薬手帳のすごい力!!~

ご存じですかお薬手帳?

お薬手帳とは、病院や薬局でもらった薬を記録していく手帳のことをいいます。いつ、どこで、どのような薬を、どれくらいの量飲んだかなど、過去の薬の記録（服用歴）が一目で分かるようになっています。また過去の病気の記録（病歴）や、体質（アレルギー歴）、飲んで体に合わなかった薬（副作用歴）等も記録できます。言ってみれば、患者様ご自身が管理して、いつでも持ち歩ける便利なカルテのようなものです。今回は、そんなお薬手帳に秘められた機能や有効的な使い方について一緒に勉強していきましょう。



お薬手帳を持つ意味



例えば、ある人が頭が痛くて病院にかかって頭痛薬を処方されます。そして同じ人が次の日、歯医者さんで痛み止めの薬を処方されたとします。その時、事前に歯医者さんに「頭痛薬を飲んでいます」と伝えておけば、歯医者さんは頭痛薬と重ならない薬の処方を考えます。しかし、患者様が何の薬を飲んでいるか忘れて伝えられなかった場合には、歯医者さんはそれを知らずに、頭痛薬と同じような効果を持つ痛み止めを処方するかもしてません。もし、そのまま頭痛薬と痛み止めを一緒に飲んでしまったら同じ効果の薬を倍の量飲むことになり、副作用が現れる

危険性も高くなります。もちろん、医師や薬剤師が事前に確認はしますが、そこでお薬手帳を持っていれば、何の薬をどれくらい飲んでいるかがすぐにわかりますので、同じような薬が処方されることを避けることが出来るのです。



お薬手帳の活用法

上記のように、使い方次第で非常に役立つケースがたくさんあります。では次に、他にもどんな活用方法があるのか見ていきましょう。

飲み合わせ

複数の病院にかかって多くの薬を処方されていたり、市販薬を買って飲んでいる場合、薬の飲み合わせによっては効果が強く現れて副作用が出たり、逆に弱まってしまうこともあります。お薬手帳を事前に見せて、医師や薬剤師に薬の飲み合わせをチェックしてもらいましょう。

合わなかった薬

薬を飲んだ時に副作用が出たり、合わないと感じることがあった場合、その薬とその時の症状など書き込んでおきましょう（もしくは、書いてもらいましょう）。いつもと違う病院や薬局に行った時には、お薬手帳を見せて、あなたに合わない薬を事前にチェックすることができます。



変化をチェック

薬を飲んだ時の症状の変化を記入しておきましょう。例えば、「この薬を飲んだらよく効いて楽になった」「だるくなった」「のどが渇くようになった」「眠くなった」など、まめに日記のように書いておきましょう。また、次回受診するときのために、相談したい内容をかいておくのもオススメです。



★お薬手帳の記載内容を活用することで、医師や薬剤師と話したいことを忘れずに、効果的にコミュニケーションをとることもできるのです。

私は必要ない? いいえ必要です!!



なくなると困る薬、例えば血圧や心臓の薬などをお使いの方、お薬でアレルギーなどを起こした事のある方などは、ご用意しておくことをお勧めします。特にアレルギーは1度目より2度目の方が強く出ると言われていますので、記録しておけば安心です。小さなお子さまも、大人より病院にかかる回数が多いことや、自己管理もなかなか難しいので、あった方が良いでしょう。また、毎回同じ薬だとしても、飲んでいる間隔や最後

にももらったのはいつかということも、治療の経過を確認する上でとても大切な情報になりますので記録はかせません。最近では、ジェネリック医薬品が増えているために、同じ作用の薬であっても、名前の違うものが何種類もあり、こちらにも注意が必要です。



お薬の処方とは

お薬の処方というのは、その時の状態、あなたがこれまで行ってきた検査、過去にお薬を使ってきた記録などを総合的に判断し、お薬を決定しています。その処方の記録は、飲んできた薬について、副作用の有無などあなたについての詳しい情報が記録されていきます。つまり、何かの時に新しいお薬を使う場合、過去に使った事がある薬と、全く初めて使う薬では注意しなければならない事が違ってくるといことになります。



災害時に本当の力を発揮!!



もし、昨年東北地方で起きたような大災害が発生した時に、みなさんは何を持って非難しますか? お財布、通帳、印鑑などがまず頭に浮かんだのではないのでしょうか。勿論、大切なものなのですが、もう一つ忘れてはいけないものがこのお薬手帳です。薬自体を持ち出すことも重要ですが、「自分が何という薬をどのような飲み方で使っているのか」という情報も極めて重要になってきます。

避難先で飲んでる薬の情報が瞬時に分かるので、安全が確保された環境で改めて検査などをしなくても、これまで使っていたものと同じ薬をそろえることが出来ます。実際に被災地で、多くの方の助けとなり、大きな役割を果たしたのがお薬手帳の存在だったそうです。避難所を転々とされた方も、行く先々でこのお薬手帳を見せることで、何の病気でどの薬が必要かをすぐに分かってもらえたそうです。ぜひこの機会に一人一冊お薬手帳を持ちましょう!!



●ご意見ご感想をお寄せ下さい。この新聞はウエノ薬局グループにより手作りで作成しています。

私たちは、皆様に安心できるお薬を提供し

健康的な生活に貢献出来ますよう日々励んでおります

ウエノ薬局
TEL055-222-2131
ウエノ東薬局
TEL0554-43-9300
ウエノ塩部薬局
TEL055-255-5025

ウエノ石和薬局
TEL055-261-9393
ウエノさくら薬局
TEL055-279-7661
ウエノ湯田薬局
TEL055-237-4540

ウエノ中央薬局
TEL055-223-2265
FKウエノ笛吹薬局
TEL055-261-5511
ウエノ南薬局
TEL055-288-1122

★ホームページにて
薬剤師ブログなどが
チェックできます。
どうぞご覧ください!!

www.ueno.vc

