

お薬手帳 活用していますか？

皆様、お薬手帳はお持ちでしょうか？

お薬手帳とは、いつ、どこで、どのようなお薬を処方してもらったかを記録しておく手帳です。処方箋を薬局へ持っていくと、お薬と一緒に必ずお薬手帳シールがもらえます。これらを「時系列順に」「医療機関で分けることなく」お薬手帳に貼り付けてください。これがお薬の履歴書、「お薬手帳」です。



●なんの役に立つの？

1. 薬の飲み合わせのチェック！

薬は組み合わせによって、必要以上の効果を発揮し身体に害を与えてしまったり、効果を弱めてしまい十分に治療効果を得られなくしてしまうことがあります。薬剤師は、様々な種類の薬を飲んでいられる患者様の薬の組み合わせに悪いものがないかをチェックしています。同じ処方箋にこれらの組み合わせがあれば気づくことは簡単ですが、異なる医療機関からの薬は気がつくことは困難です。しかし、お薬手帳があれば薬剤師が飲み合わせをチェックし、悪い影響を事前に回避することが出来ます。

2. お薬手帳は大事な情報源！

処方薬を見るだけでもどのような病気を持っているのか？どのような経過を辿っているのかを大まかに把握することが出来ます。お薬手帳は医療従事者にとって大事な情報源です。

たとえば、災害発生時は停電や機械の故障などにより過去のデータを見ることができず、通常の流れでの診療が行えなくなることがあります。手持ちの薬がなくなり他の診療所で臨時的にお薬を貰わなければならなくなった時など、お薬手帳があれば正確にお薬を処方することが出来ます。東日本大震災時には実際にお薬手帳がとても役に立っていました。



●お薬手帳を使うに当たってのお願い

1. 病院や薬局ごとに手帳を作って使い分けない

お薬手帳は飲んでいられるお薬を「時系列順に」「医療機関で分けることなく」見ることが出来ることが利点です。使い分けをしてしまうと飲み合わせなどに気づけなくなってしまうので、一冊にまとめて利用してください。

2. 常に持ち歩きましょう

いつ急病で病院に運ばれるか、災害が起こるかわかりません。定期受診の日だけではなく出かけるときはバッグに入れて持ち歩けば安心です。

そのほかにも体調の変化などについて記入し、診察時に医師に見せていただければ診察にも役に立てられます。

お薬手帳はタダではありません。上手に使いこなして健康管理に役立てましょう。