

# お薬手帳について



## 質問1 どこでもらえるの？

- 薬局ならどこでももらえます。副作用・相互作用などの情報を含めて薬剤師に記入してもらいましょう。
- 病院の薬剤師から、もらうこともできます。外来で薬をもらう時、退院する時など。

## 質問2 どうやって使うの？

- どこでもすぐに使えるように、日頃から保険証と一緒に持ち歩きましょう。
- 病院・医院・歯科医院・薬局に行く時など、診察時はお薬手帳を診察室に持っていき、医師に見せましょう。医師・薬剤師がお薬手帳の記録をチェックし、薬の飲み合わせや副作用を防ぐことができます。また、新しく処方された薬の情報等を記入してもらうこともできます。
- 入院する時、医師・薬剤師が病院の外来や家庭で飲んでいた薬等をチェックし、入院中の治療に最適な薬を選択します。
- 薬局・ドラッグストア等でお薬を買う時、薬剤師がお薬手帳の記録をチェックし、あなたに合う薬のアドバイスをします。
- 急に具合が悪くなって救急外来に行くと、「いつも飲んでいるお薬はありますか？薬の名前は？」と必ず聞かれます。そのような時、お薬手帳がお役に立ちます。

質問3 使った人にとって、良い事ってなに？

- 副作用予防  
同じ薬で起きるアレルギー、二度目は一度目より強く出ると言われています。同じ副作用は、二度と繰り返したくないですね。副作用の出た薬の名前を記録しておきましょう。
- 飲み合わせチェック  
薬剤師による飲み合わせチェックを受けましょう。形は違ってても、同じ効果の薬はかなり多いのです。お薬同士が、相手の薬の効き方を変えたりします。貼り薬や目薬にも相性があります。あなたの薬と健康をまかせられる『かかりつけ薬剤師』をもちましょう。薬と健康のことはすべておまかせ。
- 健康記録  
病院等でもらった検査値などのデータ、飲酒量、喫煙数などと、それに合わせた体調の変化も記録しておく、自分の健康管理記録にもなります。
- 旅行に行く時  
薬の名前は全国共通。旅行先にいつもの薬を持っていくのを忘れた時でも、お薬手帳を見せれば大丈夫。いつもと同じ薬を処方してもらえます。
- 災害時  
阪神淡路大震災の時には、この記録が大変役に立ちました。災害時に常用薬やお薬手帳自体を持ち出すのを忘れたとしても、日頃からお薬手帳に記入する習慣があれば、自然と自分の薬への理解度が増すので、スムーズにいつもの薬を入手することができるでしょう。

※『かかりつけ薬剤師』という制度があります。  
詳しくは普段利用している薬局にお問い合わせください。

**お薬手帳はあなたの手帳です。**

**自分で買ったお薬や、健康食品の名前、お薬について困っていることなど、手軽に書き込んで治療に参加しましょう！**

## あなたのお薬手帳、活用していますか？

### お薬手帳 5つの **い** いこと



#### **い** 医療機関にかかるときは必ず持って行きましょう

- 薬の重複や良くない飲み合わせを未然に防止できます。
- 同じ薬による副作用の再発を防止できます。
- 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。

#### **い** 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、医師や薬剤師に相談したいことを書いておきましょう。

#### **い** 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、良くない飲み合わせ・食べ合わせが見つかることがあります。
- ※ OTC 医薬品：医師による処方箋を必要とせずに購入できる医薬品

#### **い** 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、あなたが飲んでい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。

#### **い** 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。病院ごとや薬局ごとに、別々のお薬手帳を作らないようにしましょう。

お薬手帳についてのご質問、お問い合わせは、お近くの薬局にどうぞ！  
山形県薬剤師会