

おくすり手帳の役割と上手な活用法

おくすり手帳をお持ちの方が増えてきました。それはとてもよいことなのですが、中には受診する医療機関ごとにおくすり手帳をお持ちの方もいらっしゃるようです。これではおくすり手帳の効果は半減。おくすり手帳の役割と上手な活用法についてご紹介します。

お薬を安全に効果的に使うために役立ちます

おくすり手帳とは、その方の“お薬の情報”を記録したもの。お薬の情報とはお薬の名前だけではありません。錠剤・カプセル・顆粒などの剤形、何mgかなどの用量、“1日1回、朝食後に2錠”といった用法、服用するとかゆみが出るといった副作用の情報、薬や食べ物のアレルギーがある場合はその情報も。さらには、かかった病名（既往歴）や受診した医療機関名も記録します。副作用やアレルギーの情報はご自身で記入しましょう。

どうしてこうした情報が必要なのでしょうか。例えば、腰痛で整形外科を受診したところ、鎮痛剤を処方された、風邪をひいて喉が痛いと内科を受診して鎮痛剤を処方された、という場合、鎮痛剤が二重に処方されたことになります。両方の薬を服用すると、体内に過剰な鎮痛剤が入ることになり、思わぬ副作用が出ることがあります。そんなとき、医師がおくすり手帳を見て、現在どんなお薬がその方に処方されているかを知ることができれば、同じ作用のお薬を処方することは避けられたでしょう。

おくすり手帳の情報は、まさにこうしたお薬の二重投与や相互作用、副作用の危険を避け、お薬を安全に使うために役立つのです。

お薬の情報は1冊のおくすり手帳にまとめる

おくすり手帳は、一人1冊が原則です。先程の例の場合、整形外科で1冊、内科で1冊のおくすり手帳では、医師は他科で処方された薬の情報を知ることができません。また調剤薬局では、処方せんに記された薬が現在服用されているお薬と重複していないか、相互作用はないかを、薬剤師が必ずチェックします。その際、一つの診療科の情報しかおくすり手帳に記録されていなかったら、薬剤師は適切な

チェックができません。情報は一元化されてこそ、活きてきます。

おくすり手帳に記録される情報は処方薬についてのものだけではなく、使用している市販薬やサプリメントに関するものもあると、より適切なチェックが可能です。購入したら記録するようにしましょう。

非常に備えて、常におくすり手帳を携帯

おくすり手帳は医療機関を受診する際だけでなく、日ごろから持ち歩くことをおすすめします。旅行先で病気になったときや災害時に避難したとき、救急のときなど、おくすり手帳があれば、自分のお薬の情報を正確に医師や薬剤師に伝えることができます。

最近は、スマートフォンにアプリケーションをインストールしておくすり手帳の情報を取り込むことも、一部の薬局では可能になっています。複数のアプリケーションがあるので、電子おくすり手帳を利用したい場合は、かかりつけ薬局にどれを使えばよいかなど、おたずねください。



ヘルスケア・プロショップの健康情報紙『Life』は毎月薬局でお配りしています。【無料】