

お薬手帳を活用しましょう！！

医療機関で処方された薬を服用するにあたって、薬の効果を正しく引き出すには、服薬の履歴を自分で管理しておくことが大切です。お薬手帳は、そのための便利なツール！改めてその活用方法をご紹介します！

お薬手帳とは

- 服用したり、使用した薬の名前や量などを**継続的に記録**していく手帳です。
- 服薬の履歴をもれなく記載しておき、診察時や薬を受け取る際に提示すると、専門家である医師や薬剤師が、同じ成分の薬はないか（**重複投薬**）、飲み合わせの悪い薬はないか（**相互作用**）等を**チェック**できます。副作用の発生を未然に防ぎ、薬の効果を正しく引き出すことができます！



お薬手帳の入手方法

- 薬局で相談すれば簡単に入手できます。費用はかかりません。
- 保険証と一緒に常に携帯しましょう！
- お薬手帳は病院や薬局ごとに分けず、必ず1人に1冊持ちましょう！



お薬手帳のここが便利！！

- ① **医療機関にかかる時**にお薬手帳を医師、歯科医師、薬剤師に見せることで、薬の相互作用や重複などを未然に避けられます。
- ② 気になる事や聞きたい事、医師や薬剤師に**相談したい事を記録**しておきましょう。
- ③ 記録を続けると、今まで飲んだ**薬の種類**、**服用期間**を細かく調べられます。
- ④ **体調の変化を記入**しておくことで医師・薬剤師が副作用や相互作用などを早く発見することができます。
- ⑤ 旅行・災害時に、**急病**になった時や**事故**でけがをした時などでも、手帳を見せる事で服用している薬を正確に伝えられ、医療機関による救急救命処置が円滑に行いやすくなります。
- ⑥ 引っ越しをして**新しい医療機関**にかかるような場合も、それまで飲んでいた薬を**正確に伝える**ことができます。
- ⑦ **市販薬やサプリメント**などを記入しておくことで、医療機関からもらった薬と同じ成分が入っているものや、飲み合わせの悪いものをチェックすることができます。
- ⑧ 市販薬を購入する際も**手帳を持参**することで、薬の相互作用や重複など飲み合わせの悪いものではないかチェックすることができます。



まだお薬手帳をお持ちでない方は、ぜひ次回御来局時にスタッフへお声がけください！
ご自宅へ保管するだけでなく、外出時の携帯を習慣づけ、**医療機関受診の際や処方箋をお持ちになる際、
一般用医薬品を購入する際などは必ず持参して活用しましょう！！**