

## お薬手帳活用術

### 目次

- ・「お薬手帳」をご存知ですか？
- ・お薬手帳に記入していただきたい基本情報
  - ・お薬手帳の活用方法のご提案
    - ・「お薬手帳」 Q & A
    - ・最後に

### 「お薬手帳」をご存知ですか？



「お薬手帳」は、あなたに処方されたお薬の名前やのむ量、回数、飲み方、注意する事などを記録するための手帳です。  
薬の服用歴、副作用歴などを確認できます。

# お薬手帳をお持ちですか？

はい →  
いいえ ……→

いつも持ってくる

お薬手帳を作りたい

必要になれば、  
いつでも作れます。

すぐにお作りします。  
どの医療機関でも  
使えます。

アレルギー歴、  
既往歴などを  
記入した

自分で記入してい  
る、または、シールを  
もらって貼っている

複数の医療機関を  
受診する時、転居  
した時などに役立  
ちます。  
薬局では、相互作  
用などのチェックをし  
てもらえます。

今すぐ記入しましょう。  
体調の変化なども記  
入しておくると便利で  
す。

体調の変化  
などを記入し  
ている

お薬手帳は、お薬の名前や用法、用量などを記録するだけの手帳ではありません。お薬の効果や副作用、正しく使えたかどうかなどを記入しておく事をおすすめします。

## 「お薬手帳」に記入していただきたい基本情報

薬局では、「お薬手帳」に、薬の名前、薬ののみ方・のむ量（使い方、使う量）、薬についての注意事項、薬を処方した医療機関名、医師名、処方日、調剤日、などを記入します。

この時、次のような事をチェックしています。

- ・他の医療機関の薬と併用するかどうか
- ・今日の薬で副作用が出たことがあるか
- ・薬によるアレルギーはあるか



「お薬手帳」には、あなたの

アレルギー歴

副作用歴

主な既往歴

などを記入するページがあります。必ず記入しておきましょう。

あなたの大切な情報	
氏名	性別
生年月日	年齢
住所	
電話番号	
血液型	
アレルギー歴(有・無)	
<input type="checkbox"/> 食べ物	<input type="checkbox"/> お薬の名前
副作用歴(有・無)	
お薬の名前	
主な既往歴	
<input type="checkbox"/> アレルギー性疾患	
<input type="checkbox"/> 肝疾患	
<input type="checkbox"/> 心臓疾患	
<input type="checkbox"/> 腎疾患	
<input type="checkbox"/> 消化器疾患	
<input type="checkbox"/> その他	

## 「お薬手帳」の活用方法のご提案

薬局では「お薬手帳」に、処方日、医療機関名、処方されたお薬の名前や量・のみかたなどを記入しますが、患者さんご自身が次のような使い方をしていただくと、副作用の防止や治療に役立てることができます。

●**病院や、医院、歯科医院などへ行く時には、必ず持参しましょう。**

現在使用している薬や、過去に副作用やアレルギーのあった薬などについて、医師に伝えることが簡単にでき、薬の重複やのみ合わせ(相互作用)を防ぐことができます。

●**薬局で処方せんの薬をもらうときや、一般用医薬品を買う時には必ず持参しましょう。**

あすか薬局では、薬の内容を印刷したシールをお薬手帳にお貼りします。処方せんと一緒にお願いします。

一般用医薬品であっても、副作用やアレルギー反応が出ることがあります。薬局で一般用医薬品を購入する場合には、安心してお薬を使用できるように「お薬手帳」をお見せになって、安全を確認してもらいましょう。

●**薬局でのみ合わせのチェックをしてもらいましょう。**

のみ合わせがよくないことによる有害な反応などは、医薬品どうしだけでなく、医薬品と健康食品、医薬品と食品の間でも起こる場合があります。例えば、ワーファリン(血液を固まらせる働きを抑え、血液が固まりやすくなっている状態を改善する薬)を服用中に健康食品であるクロレラや納豆を摂取すると、ワーファリンの効果が弱まることが知られています。また、ワーファリンと一緒に服用するとワーファリンの効果を強めたり弱めたりする医薬品がたくさんあります。

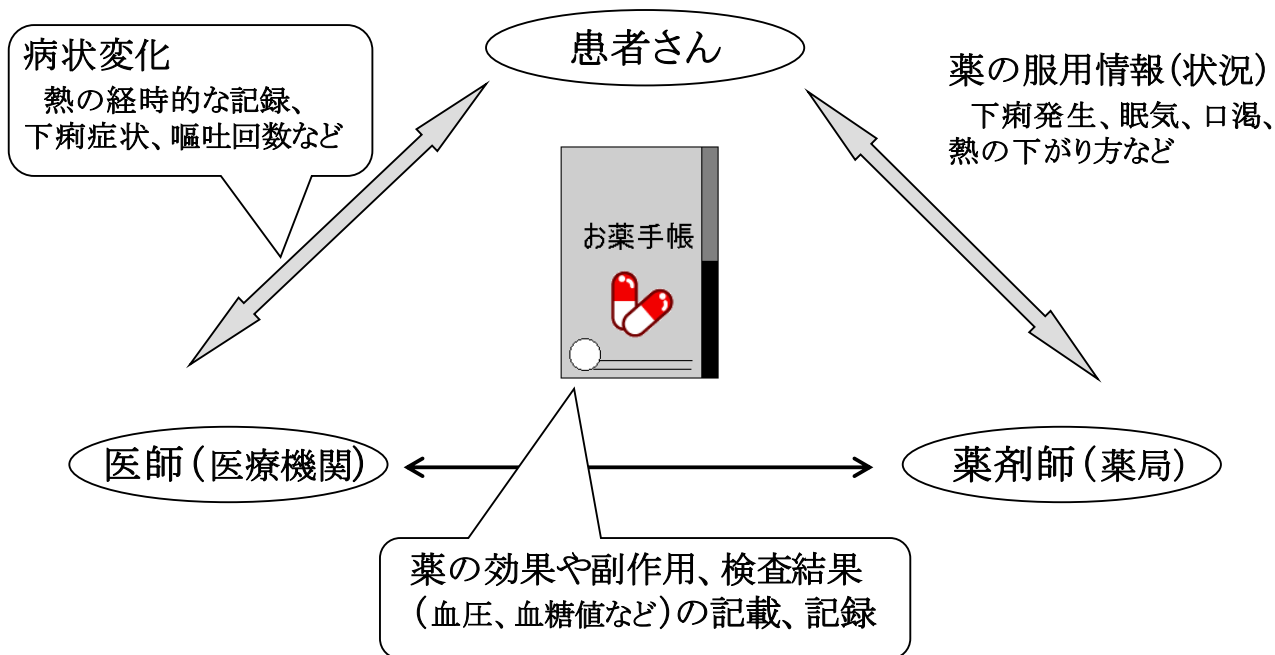
薬局でお薬や健康食品を購入する場合にも、薬剤師に「お薬手帳」を見せていただければ、適切な指導を受けることができます。

●**ご自身の症状や医師・薬剤師への質問をメモしておきましょう。**

「お薬手帳」をご覧になるとお薬の服用歴が一目で分かりますが、それだけではなく、患者さん自身の症状の記録や疑問に思われることのメモに使用して、受診するときやお薬をもらうときに医師や薬剤師に情報を伝えるツールとして活用しましょう。

●**こんな時、『お薬手帳』にお薬の名前が書いてあれば、安心です。**

- ・ 転居して、新しい医療機関を受診する時
- ・ 薬局で薬を購入する時
- ・ 休日診療所や救急病院を受診する時
- ・ 旅行や出張時に体調が悪くなり、病院を受診したり薬局で薬を購入したりする時
- ・ 災害にあった時



## 「お薬手帳」 Q & A

Q1	『お薬手帳』って何？持っている、どんな役に立つの？
A1	『お薬手帳』とは、あなたが いつ、どこで、どんなお薬を処方してもらったかを記録しておく手帳のことです。複数の医療機関を受診する時や、転居した時など、『お薬手帳』を見せるだけで、あなたのお薬のことをわかってもらえます。
Q2	薬局で薬をもらったとき、『お薬手帳』を作ったけれど、他の薬局で薬をもらう時も使えるの？
A2	使えます。『お薬手帳』は、あなたの手帳です。どこの薬局でお薬をもらう時も、記入してもらいましょう。体調の変化や、薬局で購入した薬の名前など、ご自分でメモしておくのもよいでしょう。
Q3	薬局で『お薬手帳』に記録をつけてもらうとお金がかかるって本当なの？
A3	平成24年3月までは有料でしたが、平成24年4月から別途料金が加算されることはなくなりました。 東日本大震災でお薬手帳の有用性が再確認されたこともあり、全ての患者さんに「お薬手帳」を作成していただくことになりました。
Q4	いつも同じ薬しかのまないが、『お薬手帳』は必要なの？
A4	同じお薬を継続して服用していることを記録しておけば、他の医療機関を受診する時や薬局で薬を購入する時などに、「いつもの薬といっしょに飲んでもよいか」をチェックしてもらえます。

## 最後に・・・

「お薬手帳」は患者さんが安心してお薬を使用するための大切な記録です。あすか薬局より「お薬手帳」の有効な活用方法について、いくつか提案をさせていただきました。もっと上手に活用をいただいている方もきっといらっしゃるかと思います。お気づきの点がございましたらご提案いただけると幸いです。

あすか薬局では、患者さんひとりひとりに「薬剤服用歴(薬歴)」を作成しています。「薬歴」では「お薬手帳」よりもさらに多くの情報を記録して、患者さんがお薬を、『安全に有効に』お使いいただくために利用しています。お薬についてお気軽にご相談ください。

あすか薬局 スタッフ一同