

りの話



ますか？
めてくれたり、私たちの体に大切な役
ければ思わぬ副作用を引き起こすこと
正しい知識を知ることが大切です。「薬
」に、老人クラブ女性会主催の在宅医
」をお聞きしました。

相互作用(飲み合わせ)に注意！

食べ物と薬や、複数の薬の飲み合わせによって
は十分な効果が得られなかったり、体に悪影響を
およぼします。薬が増えたらリスクが増える事も
ありますので、異常を感じたら医師や薬剤師にご
相談ください。

相互作用を起こしやすい食品(薬の種類にもよります)



薬に使用期限はあるの？

- 市販薬には使用期限が表示してあるものがありますが、病院で処方してもらった薬はそのときの症状に合わせて出しているため、飲み切るのが一番です。
- かゆみ止めなどチューブの薬に使用期限があるものは未開封の期限です。空気にふれると品質が落ちるので早めに使い切るのが一番です。

余った処方薬の使い回しはダメ！

処方薬は、症状や体質や年齢など、その人の事を考え適切な量を処方します。たとえ家族でも余った薬を使い回すのはやめましょう。また、症状が似ているからといって、安易に薬を他人にあげたり、もらったりして服用することも避けましょう。

お子さんの薬は体重で決められている場合が多いです。子どもの体は成長過程のため、年齢によって体重が大きく変わり成長が著しい時期は1年で体重が数kg程度増加します。以前もらった薬などは効果が十分得られない可能性があります。

抗生物質を飲み切っていますか？

「症状がおさまったら、もう飲まなくてもいいのでは？」
と思うかもしれませんが。たとえ症状がよくなっても、体内には原因となった細菌が残っている可能性があります。途中で飲むのをやめると再び細菌が増殖し、症状がぶり返してしまう恐れがあります。また、残った細菌から薬に対して抵抗力を持った耐性菌が生まれる可能性もできます。

処方された抗生物質は用法・用量を守って必ず飲み切ってください。また、抗生物質の使い回しは絶対やめましょう。

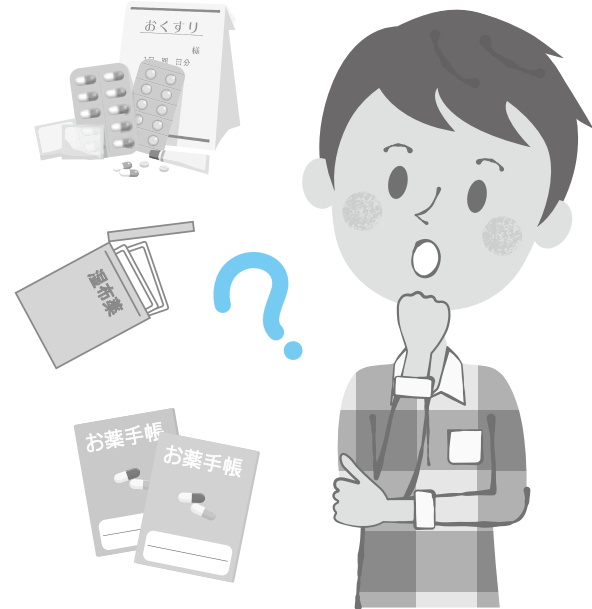
おくす

薬の種類

薬には、内用薬(口から投与する薬)だけでも、「液剤」「散剤(粉薬)」「顆粒剤」「錠剤」「カプセル剤」などがあり、薬の作用の仕方(作用してほしいところで作用するように)や効果があらわれるまでの時間、薬の服用のしやすさなどが考えられています。

例えば、飲み込みが苦手な患者さんには、口の中で溶ける薬「口腔内崩壊錠」や、薬の成分を含んだフィルムを皮膚に貼ることで、薬の成分が肌を通して直接血液の中に吸収される薬「経皮吸収型全身製剤」があります。

錠剤やカプセル剤が飲みにくい人は、医師・薬剤師に相談すると、その人に合った薬に変えられる場合もあります。



薬を飲むタイミングは？

薬は決められた量、回数、飲み方(食前、食後、食間など)を守らなければいけません。決められた量よりも多く飲んだり、短い間隔で飲むと薬が効きすぎて副作用を起こすことがあります。また、少なく飲んだり、間隔を長くあけて飲むと、十分な効果が現れないこともあります。

食前 食事の1時間~30分前(胃の中に食べ物が入っていないとき)

食後 食後30分以内(胃の中に食べ物が入っているとき)

食間 食事の2時間後が目安(食事と食事の間)

※食事の服用ではありません。

重複投薬

一人の患者さんが、複数の医療機関で診察を受けている場合、よく使われる抗生物質や胃薬など、同じ薬効の薬がそれぞれの医院で処方されることを「重複投薬」といいます。かかりつけ薬局を持ち、重複投薬にならないよう管理してもらいましょう。

皆さんは適切な方法でお薬をのんでい
薬は病気やケガを治したり、症状を止
割を果たしてくれますが、正しく使わな
もあります。薬を安心して使うためには、
と健康の週間(10月17日(土)から23日(金))
療の講座で薬剤師さんから「おくすりの話

処方せんの有効期限は？

処方せんの有効期限は発行日を含めて4日間(日曜日・祝日を含む)です。病院を受診し、医師の診察を受けた時点での症状を考慮し、適切な薬が処方されますので、処方せんが交付された日から日数がたってしまうと、診察を受けたときとは症状が変わってしまい、薬を飲んだとしても正しい効果が得られない場合や安全性の面でも心配があります。処方せんを受け取ったら、なるべく早く薬局で薬を受け取り、服用を開始することが大切です。

期限を過ぎてしまうと、処方せんは「無効」となるため医療機関への再受診が必要となります。

ジェネリック医薬品 進化しています



ジェネリック医薬品(後発医薬品)とは、厚生労働省の認可を得て製造販売される、新薬と同じ有効成分を含む医薬品です。既に有効性や安全性について先発医薬品で確認されていることから開発期間やコストを大幅に抑えられ、結果として薬の値段も先発医薬品と比べて5割程度、中にはそれ以上安く設定することができま。

新薬の発売後、10年以上経って開発されるジェネリック医薬品は、味

ジェネリック医薬品



使ってみよう! ジェネリック医薬品



▲ ジェネリック医薬品希望カード

の改良や小型化、錠剤に分かりやすく文字が印字されるなどの改良が加えられたり、OD錠(服用後、速やかに溶ける)や、錠剤、シートの表示工夫など、新しい技術によって、新薬よりも飲みやすさ、飲み間違いを防ぐ工夫がされているものも多くなっています。

ジェネリック医薬品を希望する場合は、医師・薬剤師にそのことを伝えてください。医師に直接伝えづらい場合は、診察券あるいは保険証と一緒に、大口町や健康保険組合が配布している「ジェネリック医薬品希望カード」を受付に提示する方法もあります。

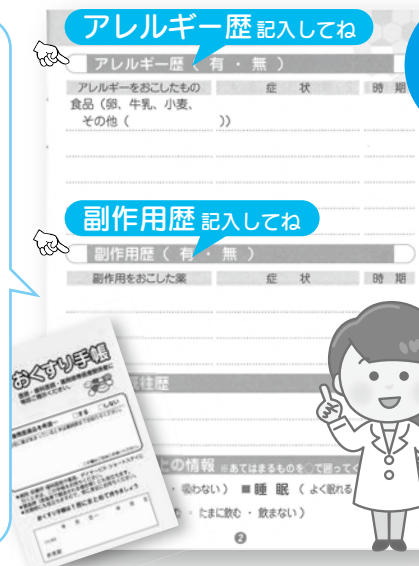
お薬手帳&アプリ

いつ、どこで、どんな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。事故や旅先、災害の緊急時の情報伝達にも役立ちます。アレルギー歴や副作用歴の記録・相互作用のチェック・医薬品の服用履歴の管理など、「お薬手帳」を見せるだけで、あなたの薬のことをわかってもらえます。

お薬手帳

お薬手帳はこのページも大切です!

- お薬手帳は一冊にまとめ常に携帯しよう。
- 複数ある方は全部見せてくださいね。
- 同じ薬も継続して記録しましょう!



スマホ お薬手帳 アプリ

お薬手帳アプリを立ち上げ
処方箋画像送信を選択



処方箋をカメラで撮影し
必要項目を入力するだけで
薬局へ送信されます

3



薬ができたらアプリを通じて
薬局から連絡がきます

4



あとは処方箋をもって
薬局へ行くだけ!

アプリによって手順が
異なる場合があります

スマホアプリは
家族の分も管理できますよ!

薬剤師に
聞きました



薬剤師のお仕事・役割

薬は大きく分けて、医師の処方せんにもついで薬剤師が調剤する医療用医薬品と、処方せんなしで買うことができる市販薬（OTC）の2種類があります。

薬局の薬剤師の主な役割は、処方せんに基づく調剤（医薬品の説明と手渡し）のほか、複数の医療機関から処方されている薬同士の相互作用や重複投薬のチェック、服薬指導、薬に関連する情報提供などです。患者さんがお持ちのお薬手帳の情報を確認しながら、これらのことをおこなっています。在宅で療養中の方の薬もお手伝いしています。その他、学校環境衛生や、災害時の避難所衛生管理、薬剤に関する業務などもおこなっています。

学校環境管理とは

学校は、学校環境衛生基準に基づき、定期的に環境衛生検査をおこなわなければなりません。

保健室や理科室などの、薬品類の使用・保管状況の管理 教室の室内

環境（換気、採光、照明、騒音など）が適切に保たれているか、夏場はプールの水質や、保健室のベッドや応接室のソファのダニの検査（ダニアレルギー）もします。

災害時の避難所衛生管理とは

地域住民の避難所として指定を受ける公共施設の衛生管理や、災害によるけが、持病、体調不良になった方などをサポートします。他に、支援物資として届けられる薬を分類・整理し、どんな薬がどのくらいあるのかなどの情報をまとめ、避難所などに必要な医薬品が届くよう管理します。

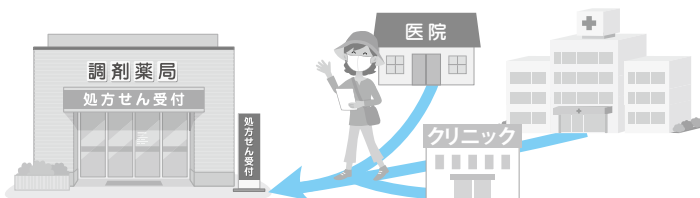
扱っている薬の種類は

私の薬局では、処方せんの調剤に用いる薬は約1300種、市販薬は200種類くらい用意しています。

最近ではジェネリック医薬品が多く使われていることもあり、同じ成分でも何種類も用意しています。年々新しい薬が増えてくるため、薬の効果や、どんな副作用に気を付けるかなど普段から勉強が必要です。薬剤師会では定期的に勉強会を開いています。

かかりつけ薬局を持ちましょう

医師が発行した処方せんはどこかの薬局でも取り扱ってくれます。「かかりつけ薬局」で、皆さんが使用する薬をまとめて管理すると、複数の医療機関から同じ薬が処方されていることに気づいたり、相互作用が起きるのを防ぐことができます。



教えて薬剤師さん

～お薬との上手な付き合い方～

日時 12月9日(水) 午後1時30分から3時30分

場所 ほほえみプラザ4階 ほほえみホール

※一般の方も受講できます。※事前予約制(先着順)

問合せ先 健康生きがい課 ☎94-0051



尾北薬剤師会 副会長 はぐろ薬局
奥村智宏先生

訂正 広報おおくち11月号4ページに掲載の「かかりつけ医を持つ」といわれるようになった背景は「の文章に誤りがありました。深くお詫びを申し上げることも、訂正させていただきます。(誤)2ページの「⑤かかりつけ医を持つメリットは？」(正)3ページの「⑦かかりつけ医を持つメリットは？」