



RAKUWA
lecture of health

第106回 らくわ健康教室

2012年7月20日



くすりはなし

～お薬手帳の活用法～

洛和会丸太町病院 薬剤部 課長 薬剤師 おお まえ なお き 黄前 尚樹



子どもたちのために、未来へ…

洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院
洛和会音羽記念病院 洛和会みささぎ病院



RAKUWA
lecture of health

第106回 らくわ健康教室 2012年7月20日

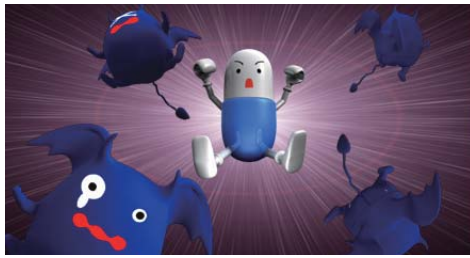
くすりのはなし ～お薬手帳の活用法～

薬の働き

Q1 病気になったりけがをしたら、薬を使わないと治らないでしょうか？

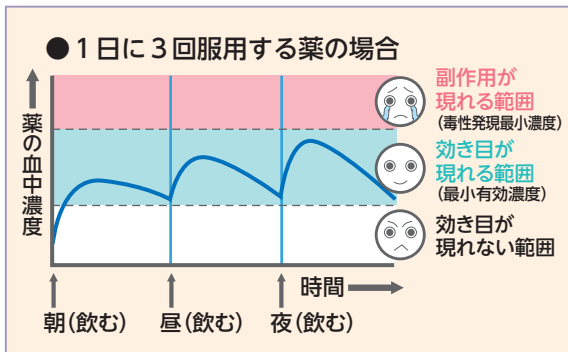
A 薬は、主に、自然治癒力を助ける働きをし、病気やケガを早くもとの健康な状態に戻します。

また、病原菌を殺したり（抗生物質）、病気にならないように予防する（ワクチン）薬もあります。



Q2 薬の「血中濃度」って何？

A 血中濃度とは、血液内に入っている薬の量（濃度）を表しています。薬が体内に吸収され、血中濃度がある一定の濃度を超えると効果が現れます。血中濃度が高くなりすぎると、副作用を引き起こす可能性が出てきます。



薬の服用方法

Q3 薬は、決められた量の2倍服用したり、服用回数を多くしたら、病気が早く治るのでしょうか？

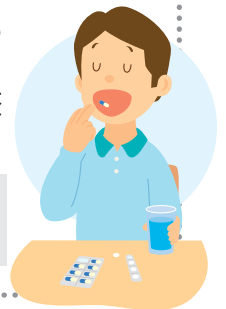
A 薬が副作用がなく最大の効果を発揮するのは「血中濃度」がある一定の範囲にある時です（Q2参照）。1日に服用する回数（用法）と、1回に服用する量（用量）を守ることで、その状態が保たれます。ですから、用法と用量を守る必要があります。

服用した薬が、決められた回数や量より多いと、血中濃度が高くなり、副作用を起こす場合があります。また少ないと、血中濃度が低くて効果が発揮されないことがあります。

★薬を服用するときの7つの約束

- 1 毎日決まった時間に服用します。
- 2 服用量を守ります。
- 3 病気が治ったと思っても決められた日まで服用し続けます。
- 4 ほかの人からもらって服用したりしません。
- 5 ほかの人に自分の薬をあげたりしません。
- 6 前の病気の時にももらった薬は使いません。
- 7 薬はいつもきちんと整理して保管します。

※出典：福島県立医科大学附属病院
斎藤百枝美先生
編集：くすりの適正使用協議会





Q4 薬を服用して副作用が疑われる場合は、どうしたらいいの？

A 副作用が出たら、すぐに薬を処方した医師または、薬剤師に相談しましょう。

対応方法としては、服薬を中止したり、減量したり、使うのを止める、ほかの同効品に変更するなどの方法が考えられます。



★副作用が起きる原因

- ①薬の成分がもつ元々の性質
- ②薬を正しく使用しなかった
- ③自分の体質、または体調
- ④薬と飲食物との相互作用
- ⑤薬同士の相互作用



Q5 「お薬手帳」を、ご存じですか？

A 「お薬手帳」は、かかりつけの薬局などでもらえます。

いつもと違う医療機関に行ったり、2カ所以上の医療機関を受診する場合に、この手帳を提示することで、病歴や医薬品の使用歴がすぐにわかり、

医師が治療方針を決めるのに役立ちます。

薬の名前や服薬する時間、回数、用法・用量、の注意を書き込んでもらえます。

ほかに、市販の医薬品を服用した時や、サプリメント（健康食品）を飲んだ場合にも、その商品名や回数、日時を書いておきます。副作用やアレルギーが起きた場合に役立ちます。また、万一副作用やアレルギーが生じた場合には、その時の症状を書いておくと、その後の診断にも役立ちます。

ジェネリック医薬品とは？

最近、価格が安価な「ジェネリック」と呼ばれる薬が増えています。これは特許の切れた先発医薬品と同等の効果が国によって確認された、後発医薬品のことです。効き方も先発医薬品と同じように、若干個人差があります。

地域のチーム医療

厚生労働省は2010（平成22）年4月、「医療の質の向上および医療安全の確保の観点から、チーム医療において薬剤の専門家である薬剤師が主体的に薬物療法に参加することが非常に有益である」旨の書類を各都道府県知事宛てに発信しました（「医療スタッフの協働・連携によるチーム医療の推進について」2010年4月30日）。

「チーム医療」の意味は、病院内に留まらず、薬を必要とされる地域の皆さまと一体となった「地域のチーム医療」と考える必要が

あります。こうした意味からも、「お薬手帳」の活用は、まさに地域の皆さまとの協働・連携になります。



さいごに

お気軽に薬剤師にご相談を

複数の医療機関で処方された薬を一度に服用する場合は、重複投薬や相互作用に注意しなくてはなりません。薬剤師がこうした薬の重複や相互作用をチェックしてくれますので、かかりつけ医と同様に「かかりつけ薬局・薬剤師」も決めておきましょう。

薬に関することについては、気軽に薬剤師にご相談ください。

