

2006年 5月1日

みつばち通信

2006年-2号

みつばち薬局待鳳店
京都市北区紫竹西南町 66
494-1788 FAX494-1566

みつばち薬局紫野店
京都市北区紫野上築山町 2-2
417-3911 FAX417-3910

「今日はお薬手帳をお持ちですか？」と尋ねられたご経験がある方はたくさん居られるかと思えます。

お薬手帳特集

お薬手帳って一体何のためにあるのでしょうか？私たちみつばち薬局の薬剤師がお薬手帳をお勧めするのは一体なぜなのでしょう...？



今回は、そんなお薬手帳の存在意義から上手な活用方法までをわかりやすくご紹介します。

あなたの大切な身体の管理のため、お薬との安全な付き合いのためにお役立て頂ければ幸いです。

Q1) 「お薬手帳」ってなんでしょう？

A) お薬手帳とは、あなたが今まで服用したり、使ったりしたお薬の名前や服用量、そ

して過去に経験した副作用などを継続的に記録するための手帳です。この手帳は一人に一冊で、この一冊を全国どの医療機関や薬局でもお使いいただけます。中には、病院や薬局ごとに複数の手帳をお使いの方がおられますが、そうするとお薬の飲み合わせのチェックが出来なくなってしまいます。ですから、保険証などと一緒にいつでも一冊だけお使い下さい。

お薬手帳は保険薬局へ行けばどこにでも置いてあります。もちろん、みつばち薬局にも置いてありますのでお気軽にお尋ねください。無料で差し上げています。

Q2)お薬手帳の役割は？

A) お薬に関して いつから どんな薬を どのくらいの量を飲んでいるのかということが誰が見ても一目瞭然であるということが、お薬手帳の最大の利点です。

複数の医療機関にかかっている場合には、同じ種類の薬が重なって処方されていないかどうか、また飲み合わせの悪い薬がないかなどのチェックが出来ます。

外出先での急な病気、また事故や災害などといった非常のとき、お薬手帳を携帯していれば初めて診てもらふ医師にいつも服用している薬の内容がわかってもらえて、救急の処置が円滑に行いやすくなります。

Q3)お薬手帳の上手な活用方法

A) 処方せんのお薬の内容・医療機関名・処方日などについて、みつばち薬局ではシールにして手帳に貼らせていただいています。しかし、お薬手帳をもっと有効に活用していただくためには、薬剤師が記載するだけでなく、患者様ご自身に書き込んでいただくことによって様々な情報が共有でき、治療や副作用防止に大変役立ちます。

例えば...

薬物・食物アレルギーの有無

お薬のなかには食物の成分から出来ているものもあります。とくに卵や牛乳アレルギーのある方は注意が必要です。



常備薬や健康食品・サプリメントなど

普段、ご自分で購入して飲んでいる胃薬・風邪薬・便秘薬などがあれば記載するようにして下さい。

最近、健康食品やサプリメントが多数販売されています。健康食品の中にはお薬と飲み合わせが悪いものもあります。また、お薬と

同じような作用を持つ食品もあるので“たかが食品”と甘く見るのは禁物です。

下記に一例を挙げます。

医薬品との相互作用に注意が必要な健康食品・サプリメントの例

健康食品	医薬品(主な商品名)	相互作用
青汁、クロレラ (ビタミン K 含有食品) セントジョーンズワート (西洋オトギリソウ) など	血栓・塞栓症予防薬 抗凝固剤(ワーファリン)	ビタミン K はワーファリンの作用を弱めてしまいます。また、セントジョーンズワートはワーファリンを分解する酵素の働きを強めてしまうので作用が弱まり、血栓形成の恐れがあります。
ギャバ葉ポリフェノール	糖尿病治療薬 グルコシダーゼ阻害剤 (ベイスン, ポグリダーゼ, グルコバイなど)	ギャバ葉ポリフェノールは糖類を分解する酵素を阻害する性質を持つので相互の作用が重なり、血糖値の過度の低下・腹部膨満感・便秘などの副作用が起こりやすくなる可能性があります。
ラクトリペプチド かつお節オリゴペプチド サーデンペプチド など	高血圧治療薬 ACE 阻害剤 (エースコール, ゼストリル, レニベース, タナトリルなど)	ペプチド類はアンジオテンシン変換酵素(ACE)を阻害する性質を持つので相互の作用が重なり、血圧の過度の低下・咳・高カリウム血症などの副作用が起こりやすくなる可能性があります。

医師や薬剤師に「質問したいこと」や「伝えたいこと」がある場合

今度、受診したときに質問しようと思っていたことも、人によっては先生の前に座るとつい上がってしまったり言いそびれたり、忘れてしまったりすることがあると患者様からよく耳にします。そんなとき、思いついたときにお薬手帳にメモをしておけば先生とのお話もスムーズに行くのではないのでしょうか。

また、飲み忘れていたりして残ってきたお薬がある場合、印を付けていくつ残っているかを記入しておけば次回の診察時に処方調整をしてもらえます。

今回ご紹介した利用法以外にも、もっと有効に活用されている患者様がいらっしゃるかも知れません。もし、お気づきの事がございましたらお知らせいただければ幸いです。

薬剤師 奥原裕美子

催眠商法に気をつけましょう！

「激安」「無料」で日用品・雑貨・パン・塩などの食料品を配る！からと、狭い会場に（高齢者が集まりやすい日中に）お客を集めて、商売開始です。「これ欲しい人」と業者が聞く。競って参会者の手が上がると、「ハイ、一番元気なあなたに！」などと様々な日用品をどんどん配り、もらわないと損をしたような心理状態に追い込んで、お客さんから「冷静な判断力」を失わせます。そして、「ただで物をもらっているのだから」という後ろめたさにもつけ込んで、「この60万円の健康布団、今日は最後だから特別価格の35万円で！」等ともちかけ、参加者に思わず手をあげさせ、売りつける商法。健康食品や布団を高額な値段で買わせます。ターゲットの殆どは主婦やお年寄りです。ただより高い物はない！気をつけたいものです。

催眠商法でよく取り扱われる商品：布団、健康食品、自然食品、健康器具

薬剤師：音川千枝子

みつばち薬局

知得クイズ

下の5問に正しいと思う場合は○、間違いだと思う場合は×を解答欄に記入して、薬局内の「クイズ応募箱」にお入れ下さい。全問正解の方の中から、抽選で10名様に図書カード(1,000円)を差し上げます。当選者の発表は、薬局内に掲示します。締め切り日：5月31日(水)です。

問1：どこの医療機関・薬局にかかってもお薬手帳は1人1冊にするのがよい。

問2：お薬手帳を活用することで副作用や飲み合わせの悪い薬がないかなどのチェックに役立つ。

問3：お薬手帳に市販薬・常備薬・サプリメントなども書き込んで良い。

問4：血糖値を下げる薬と飲み合わせに注意が必要なのは青汁である。

問5：催眠商法でよく取り扱われる商品の中には、健康食品や自然食品もある。

----- 切り取り -----

ご住所：

お名前：

電話番号：

問題	問1	問2	問3	問4	問5
解答欄					