

教えて 薬局活用塾



病院でもらったり、ちょっと身体の調子が悪い時などに飲むくすりには
使い方や保管方法など色々わからない事もあると思います。
そんな時は最寄りの薬局の**薬剤師**に相談すると
早く解決する事もあります。
迷わず気軽に相談してみましょう!

①薬の「飲み残り」どうしていますか?

～指示通り飲んでるつもりでも、なぜだかたまる飲み残り～

薬局・病院で残っている薬の数を伝えて、日数を調節してもらえばお薬代を減らすことができます。そして、それは日本の医療費削減へもつながります。
飲み薬だけでなく、目薬・塗り薬・貼り薬など残っている薬があれば一度薬局や病院で相談してみましょう。
ただ、いつの薬かが判らないと調節できないことがあります。薬は必ず薬をもらう時の袋に入れて保管しましょう。



②小児の薬の飲ませ方

Q こな薬などを子供が飲まない時はどうしたらよいですか?

A 抗生物質などはそのままよりも水にとかすとおいしいフルーツ味になるものもありますが、飲めない時には少量の水でねって指にとって上あごか頰の内側に塗りその後果汁やミルクを与えるか、アイスクリームに混ぜるのもよい方法です。スポーツドリンクやヨーグルトに混ぜると味が悪くなる人が多いようです。

Q 熱さましと吐き気止めやけいれん止めの坐薬をもらいました。一緒に使ってもいいですか?

A 吐き気止めやけいれん止めの坐薬を先に入れて、30分くらい時間を空けてから熱さましの坐薬を入れてください。その間熱が高い時は冷却シートなどを使用してもいいです。

③OTC医薬品の意味ご存知ですか?

「OTC」は英語の「Over The Counter: オーバー・ザ・カウンター」の略で、薬剤師がカウンター越しに患者さんから症状などを聞き、その症状に適したお薬を販売するかたちに由来しています。薬局・ドラッグストアなどで販売されている医薬品のことで「一般用医薬品」とも言われます。

④お薬の「疑義照会」って知ってますか?

薬剤師は薬を安全かつ適切に服用して頂くために、処方せんに書かれている内容をチェックしています。その過程で疑問を感じた場合、医師にその事を確認し、問題を解決したうえでお薬をお渡ししています。このことを疑義照会といいます。そのために時間がかかることがありますが、薬を服用する上で重要な事ですのでご理解をお願いいたします。

他にこんなことも・・・

お薬の「飲み合わせ」はお薬とお薬だけと思われていませんか?

例えば血圧等のお薬をグレープフルーツジュースで飲むとお薬の効果が強くなり過ぎて危険だったりします。
他にも「食べ合わせ」もあります。結構多くの方が飲まれている血液がサラサラになるお薬の一部には納豆やブロッコリー、サプリメントなどビタミンKを多く含む食品を食べるとサラサラのお薬の効果を弱くしてしまいます。その結果お医者さんが期待していた効果も出にくくなり、病気を抑えきれないかもしれません。「じゃあどうすればいいの?」そのために薬剤師がいますので、ご自分の飲まれているお薬以外に健康食品・サプリメント・嗜好品についても「食べ合わせ」「飲み合わせ」がないかお尋ねください。



薬局からのお願い

【薬局でも保険証を見せてください!】

「病院で見せた」「前と変わっていない」「車に置いてきた」そんなこと言わずに見せてくださいね。

- たとえば
- 仕事をやめて……………社会保険→国民保険に
 - 新しい仕事が決まって…国民保険→社会保険に
 - 結婚して……………本人 → 家族に
 - 定年退職して……………社会保険→任意継続
- ⇒ちょっとした変更と思っても保険証が使えなくなります。

**正しく手続きがされないと保険が使えず
自費となることもありますのでご注意ください!**

誤って以前の保険証を使うと使った分の保険料を請求されることがあります。あとで余計な手間がかからないように薬局でも確認をしています。



お薬手帳を活用しましょう。

お薬手帳には病院や薬局でもらうお薬の記録が書かれていますが、お薬手帳への記入は医師や薬剤師だけのものではありません。お薬手帳の表紙の裏には「アレルギー歴」や「主な既往歴」を患者さん本人が記入する覧があります。それだけではなく毎日の薬の服用状況や体調の変化を記入してみてください。

その他にも

- ★ 身長・体重などを定期的を書く
- ★ 子供の好きな味・嫌いな味を書く
- ★ 薬をきちんと飲むことができたなら、手帳に飲めたねシールを貼る
- ★ 熱や症状などを書いておき、病院や薬局に見せる

こうすると次に病院や薬局に行って医師や薬剤師と話をするときの参考になります。気が付いたことはなんでも書き込んでください。

くすりや健康のことでわからないことがあったら、気軽に**薬剤師**に相談してみましょう。



あなたの
かかりつけ薬局 をもちましょう

一般社団法人 **佐賀県薬剤師会**
〒840-0027 佐賀市本庄町本庄1269-1

TEL0952-23-8931
FAX0952-23-8941
<http://www.sagayaku.or.jp/>