

# お薬の安全な使用のために

病気やけがを治すのに役立つ「薬」。

しかし、正しく使わなければ思わぬ副作用を引き起こすこともあります。

そのため、医師や薬剤師などの専門家から適切なアドバイスを受けて、薬の正しい使い方を知ってから使いましょう。



埼玉県マスコット「コバトン」

## 🕒 薬を飲むタイミング・量・期間を守りましょう

薬はそれぞれ決められたタイミングに飲まないとう効果がなかったり、副作用が生じたりします。必ず決められたタイミングで飲みましょう。

また、薬は決められた量より多く飲んだからといって、よく効くものではありません。多く飲むことによって、副作用や中毒が現れることもあります。

## 🕒 薬の飲み合わせに気をつけましょう

複数の薬を使用している場合、飲み合わせが悪いと薬が効きすぎてしまったり、反対に薬の効果が十分に得られなかったりすることがあります。食品やサプリメントの中にも、薬との飲み合わせが悪いものがあります。必ず、医師や薬剤師などの専門家に、今使っている薬やサプリメントなどを伝えましょう。

## 📖 お薬手帳を活用しましょう

「お薬手帳」は、あなたが使っているすべての薬を記録するための手帳です。

医療機関や薬局を利用する際には必ず持って行き、医師や薬剤師などに提示しましょう。



また、医師や薬剤師などがお薬手帳からあなたの使っているすべての薬を把握できるよう、お薬手帳は病院ごと薬局ごとに使い分けしないで一つにまとめて、継続して記録するようにしましょう。（お薬手帳は薬局で一つにまとめてもらえます。）

# かかりつけ薬剤師・薬局を選びましょう

お住まいの近くなどに「かかりつけ薬剤師・薬局」を決めておくと次のようなメリットがあります。

○在宅での療養が必要になっても、薬の管理、説明を受けられます。



自宅で静養しているけど、薬のことが気になって。



自宅に来て薬の管理、説明をしてくれたわ。

○飲み忘れや飲み残しを防ぐことができます。



飲み忘れたり、飲みにくい薬があって、薬が残ってしまう。



飲みにくい薬を液剤にしてもらったり、飲む回数を減らしてもらって、飲みやすくなった。

○同じような薬が重複していないか、飲み合わせの悪い薬が出されていないかをチェックします。



この処方箋に書いてある薬、昨日もらった薬と何がちがうのかしら。



薬の重複もなくなって、飲み合わせもチェックしてもらえたわ。

○休日・夜間など薬局の開局時間外であっても、不安なときはいつでも相談できます。



薬を飲み忘れたけど、医療機関も薬局もお休みに相談できなくて不安…



あらかじめ教えてもらっていた連絡先に、電話で相談できて安心したよ。

## 《おことわり》

薬局において、「かかりつけ薬剤師」を指定（同意）した場合は、「かかりつけ薬剤師指導料」や「かかりつけ薬剤師包括管理料」がかかります。かかりつけ薬剤師を指定する際は、説明をよく聞いてから同意してください。

**まずは、お近くの薬局で今使っているすべての薬を伝え、量や飲み合わせを確認してもらうことから始めてみましょう。**



埼玉県マスコット「さいたまっち」