

# 薬を安心・安全に 使用する3つの ポイント!

## かかりつけ薬局・薬剤師について



「気軽に相談できる薬剤師がいれば安心です」と話す中島啓先生

また、薬局では、市販薬や健康食品の取り扱い、介護関連商品の相談なども行っています。

たとえば、かぜのひきはじめや発熱したときに、薬剤師が症状に合わせて適切な市販薬を選ぶお手伝いをしたり、医療機関への受診をおすすめすることもあります。

かかりつけ薬剤師は、皆さんがこれまでに使用してきた薬のこと、現在お使いの薬や健康食品のことなどを把握して、薬による治療がより効果的なものになるようお手伝いします。



薬を処方されたり、市販薬を選んだりするときに疑問や不安を感じたことはありませんか？安心して服薬するためにも「かかりつけ薬局・薬剤師」のメリットや活用方法などについて、鹿児島県薬剤師会理事　ヒロ調剤薬局管理薬剤師の中島啓先生にお話を伺い、5月9日にお伝えしました。

皆さんが使用する薬を一つの薬局でまとめて継続的に管理すると、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るからです。

——ではかかりつけの薬剤師はどうやって探せばよいのでしようか。

中島先生／たとえば、薬局を訪ねたとき、対応してくれた薬剤師と顔見知りになつて質問してみたり、薬の相談会などを行っている薬局があれば参加して、かかりつけ薬剤師を探してみるのもひとつ的方法です。

複数の医療機関から処方された薬の飲み合わせ以外にも、市販薬や、健康食品等との飲み合わせにも、注意が必要な場合があります。

こんな心配ごとも、ふだんから気軽に相談できる薬剤師がいれば安心です。

## 薬を安心・安全に使用する「3つのポイント」



①ふだんから利用する薬局を、1つ選んでおきましょう。



②調剤された薬や購入した薬について、その薬局で、継続的に管理してもらいましょう。



③なんでも相談できる薬剤師を見つけましょう。

## お薬手帳は持ち歩きましょう

アプリもおすすめ！

- ・飲み合わせや薬の重複をチェック
- ・副作用歴、アレルギー、過去にかかった病気などの情報を伝えられる
- ・自分のお薬の情報を正確に伝えることができる（旅行中、災害時、急変時など）



## お薬手帳の活用 お薬手帳アプリもおすすめ

—かかりつけの薬局、薬剤師を決めた後でもお薬手帳は必要なのでしょうか。

中島先生／はい、お薬手帳は、必ず持ってきてください。お薬手帳は薬の飲み合わせのチェックもですが、過去の記録があることで災害や事故などの急な出来事があったときに役立ちます。



報を一括で管理したり、服用時間をアラームで教えてくれる機能など、便利な機能が付いていますので、紙のお薬手帳とともに活用してみてください。