



## 10月17~23日は「薬と健康の週間」です



医薬品は健康を守るために大切な役割を果たしています。「薬と健康の週間」をきっかけに医薬品の正しい使用方法を確認しましょう。

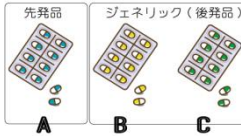
### ■医薬品には医師の処方箋が必要な「医療用医薬品」と処方箋が要らない「一般用医薬品」があります



**医療用医薬品:** 医師が患者一人ひとりの症状や体質に合わせて、使用する薬の種類や量などを処方した薬です。必ず医師の指示に従って服用する必要があります。

**一般用医薬品:** 大衆薬、市販薬とも呼ばれています。軽い風邪や小さなけがなどの時に、薬剤師などの説明や、薬の説明書に基づいて自分の判断で使用する医薬品です。効き目は穏やかですが正しく使きましょう。

### ■ジェネリック医薬品をご存じですか？



ジェネリック医薬品とは、新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に、同じ品質で販売される薬で「後発医薬品」と言われています。患者さん自身が医師や薬剤師と相談の上で先発医薬品かジェネリック医薬品かを選ぶことができます。患者さんにとっては、先発医薬品と同じ効果の薬を使いながら、薬にかかる自己負担額を減らすことができます。

### ■お薬手帳 活用していますか？



お薬手帳はいつ、どこで、どんなお薬を処方されたかを記録しておく手帳です。複数の医療機関を受診する時や、休日診療や救急病院を受診する時、薬局で薬を購入する時など「お薬手帳」を見せるだけでお薬のことが分かってもらえます。特に災害時にはお薬手帳が大きな効果を発揮します。東日本大震災では「お薬手帳」の重要性が再認識されました。

- 常時携帯または非常持ち出しされた事で、患者さんが飲んでる薬や病気の情報が正確に伝わり、早期に適切な治療を行うことが出来ました。
- 救護所でも医療チームの効率的な治療が可能となり、別の避難所に移動した際も受診がスムーズに継続できました。

- 医療機関にかかる時、薬局に行く時は必ず持っていきましょう。
- 言いたいことや伝えたいことを書いておきましょう。
- 一般用医薬品、健康食品も記録しましょう。
- いつも携帯、いつも同じ場所に保管しましょう。
- 別々に持っている場合は、一冊にまとめましょう。



## 救急箱の中身は何を用意しておいたらいいでしょうか？



ちょっとした傷の手当や風邪の引き始め、胃の調子が思わしくない場合などに対応できるようにご家庭で救急箱を常備していることと思います。

しかし、久しぶりに開けたらふる～い変色した薬、何の薬かわからない軟膏、得体のしれない薬・・・といった経験はないでしょうか？

いつ起こるかかわからない家庭でのケガや病気に備え、救急箱の中身はしっかり管理をしておきましょう。

### 注意しましょう



- 救急箱は直射日光が当たらない湿気のない涼しい所で、子供の手の届かない所に保管しましょう。
- 使った後は補充して、必ず元の場所に戻しましょう。
- 年に一度は中身を点検し、古いものは処分しましょう。
- 新しいものを購入したときは日付を書いておきましょう。

### 常備しておきたい救急箱中身

チェックしてみましょう



お薬	チェック	医療用品	チェック	チェック
胃腸薬・整腸薬		絆創膏(カットバン)		はさみ
下痢止め		被覆材		とげぬき
便秘薬(浣腸薬)		ガーゼ(滅菌)		ピンセット
解熱・鎮痛薬		カット綿		体温計
総合感冒薬		消毒薬		冷却シート
かゆみ止め		弾性包帯(幅違い)		
キズ薬		ネット包帯		
虫刺され薬		綿棒		
湿布(温・冷)				



お子さんがいる家庭ではその年齢に応じたお薬を用意する必要があります。決して大人の薬を減らして飲まず・・・などは危険です。また、大人用には小児に使用を避ける成分等が含まれていることもあるので注意が必要です。ぜひ薬剤師にご相談ください。

※高齢の方がいる家庭では湿布や血圧計を用意したり、お子さんのいる家庭ではキズの処置や外用薬を充実させたりなど家族構成によってそろえる内容を変えましょう。また、医師が処方したお薬は個人に合わせたお薬ですから、家族用の救急箱のお薬とは別にして保管しましょう。