

あなたの お薬手帳 活用していますか？

健幸コラム

病院・診療所に
かかるときや薬局で
「くすり」を購入するときは
お薬手帳が役立ちます。

お薬手帳5つのいいこと

い 医療機関にかかるときは必ず持っていきましょう

- 薬の重複や良くない飲み合わせを未然に防止できます。
- 同じ薬による副作用の再発を防止できます。
- 薬の使用の記録があることでより安全に薬を使用することができます。



い 言いたいことや伝えたいことを書いておきましょう

- 体調の変化や気になったこと、医師や薬剤師に相談したいことを書いておきましょう。



い 一般用医薬品(OTC医薬品・市販薬)・健康食品も記録しておきましょう

- 思いがけない、良くない飲み合わせ・食べ合わせが見つかることがあります。



い いつも携帯・いつも同じ場所に保管しておきましょう

- 旅行先で病気になったときや災害時に非難したとき、救急のときなど、お薬手帳があれば、あなたが飲んでいる薬を正確に伝えられます。
- ご家族にも、あなたがお薬手帳を持っていることを知らせておきましょう。

い 一冊にまとめましょう



- 飲んでいるすべての薬を「一冊で」記録することが大切です。病院ごとや薬局ごとに、別々のお薬手帳を作らないようにしましょう。

一般社団法人　山形県薬剤師会ホームページより（一部改変）

お薬クイズ

問1 風邪予防のためには、風邪薬をのむとよい？ □

問2 錠剤やカプセル剤などの内服薬を、お茶やコーヒー、お酒で飲んではいけない？ □

問3 自分に処方された薬を、家族が同じような症状の時に譲っても良い？ □



答え：問1 ×　問2 ○　問3 ×

気になることがあるときは
かかりつけ医やかかりつけ薬局
にご相談ください。

問合せ先
南陽市すこやか子育て課
けんこう係
0238-40-1691