

令和3年12月10日号 (第224回)

# 阿伎留通信

公立阿伎留医療センターは、医の心を重んじ、患者の生命と健康と生活の質を考える良質の医療を実践し、地域医療の最適化に努力します。

今回の阿伎留通信は、「薬の自己管理」をテーマに、薬剤科の山本秀行薬剤科長よりお話しさせていただきます。

「薬の自己管理」は、大変苦労されている方が多いと思います。

当医療センターに入院した患者さんが服用している薬を拝見しますと、皆さんそれぞれに工夫されていることがわかります。ただ、清潔で無い状態や服用残日数が薬により違ったりすることがときどき見受けられます。

医師は、薬をきちんと服用していることを前提に、薬の効果を確認し、病気の状態と併せて次の治療方針を決めます。服用状況が良くないと治療に影響することが考えられますので、もし飲み忘れてしまった場合は、忘れた回数などできるだけ服用状況を正確に伝えることが重要です。

薬を飲み忘れたことに気が付いた場合、一般的に次の服用時間まで時間がある時は、気がついた時にすぐ飲んで下さい。次の服用時間が近い場合や、その時間が来てしまったら、前の分は服用せず、次の1回分のみ服用して下さい。決して2回分を同時に飲んではいけません。もしわからなくなった場合は、薬をもらった薬局に聞くといいでしょう。

自己管理が難しい場合、薬の自己管理用に便利なグッズが売られています。例えばカレンダーのように日付毎に薬をポケットに入れるもの、1週間毎の曜日別に朝・昼・夕・寝る前と時間毎に薬をポケット入れるものや、1週間毎の曜日別に朝・昼・夕・寝る前と仕切りがあるケースなど色々あります。自分に合ったグッズを購入するのも一つの方法です。このようなグッズですが、セットする場合に入れ違いにはくれぐれも注意をして頂くようお願いしま



す。また、ケース型のものでは立てたり、落としたりすると薬がしきりを超えてしまうものもありますので要注意です。

他にできる工夫として、一度に服用する分の薬を一包にまとめることもできます。処方箋を発行する時に主治医に一包化して欲しいと言えば、処方せんにその旨を記載し、調剤薬局で一包化してもらえます。ただし、調節が必要な薬がある場合は、その薬だけは一包化しないようにしなければなりません。



薬を飲む時間には、食後・食直前・食前(食事の30分前)・食間(食事の2時間後)・食直後などがあります。この用法を守らないと、効果に影響する薬がありますので、**薬袋に書いてある服用方法を守り**、その薬が飲み終わるまでは大切に保管して下さい。

薬の保管で、錠剤を包装シートのまま切り離してセットする方もいると思いますが、飲む時に間違っ**て包装ごと飲むと食道や胃などに穴を開けることもあるので**、必ず中の錠剤のみを飲むようにして下さい。今でもこのような報告がありますので、くれぐれも気を付けて下さい。

「**お薬手帳**」は大変有益なものです。最近では電子化されてきていますが、すぐ見られる紙の手帳の方がまだ多数を占めております。お薬手帳は処方された薬の名前、用法、用量などの記録を残すことにより、他の診療所や病院を受診する場合や、他の病院に入院する際には必ず持参して下さい。

今までどのような薬を飲んでいたか、重複がないか、薬の飲み合わせは大丈夫かなどの確認するために大変重要なものですので、毎回必ず調剤薬局で提示し、新たに処方されたお薬を追加してもらって下さい。その際、前と同じ薬が処方された時でも毎回手帳に記載または貼付してもらって下さい。手帳に記載がないと服用しているか中止になったのかわからないからです。



当院では、薬剤科の窓口までお薬をお持ちいただければご説明いたしますので、お気軽にご相談ください。また、他の病院で処方された薬の場合は、お薬手帳等を持参するようにして下さい。

阿伎留通信については、バックナンバーを公立阿伎留医療センターのホームページで御覧になることができます。ホームページアドレス(<http://www.akiru-med.jp>)