

市民病院だより

薬の服用について



薬剤師 小柳 貴亮

皆さんは病院や薬局で薬を受け取ったあと、自宅でどうされていますか。

袋から出して、いろいろな種類の薬と混ぜたりして、自分なりに分けていますか。それともそのままにしていますか。

患者様のなかには高血圧症や高脂血症、糖尿病などを合併し、たくさん種類の薬を服用されている方がいらっしゃいます。

そうした薬をきちんと管理するのはなかなか難しいですし、薬ごとの効能も把握しきれないこともあると思います。

そこで今回は薬の上手な管理が出来る便利な方法をご紹介します。

薬袋（やくたい）の利用

薬袋とは文字通り薬を分類し、保存するための袋ですが、この薬袋にはいろいろな情報が記載されています。一日に何回服用するのか、いつ服用するのか、1回に何錠（カプセル、包）服用するのか、また最近では中に入っている薬の名前を書いてある場合もあります。たくさん種類の薬があり、どの薬をいつ服用していいのか混乱してしまう方は、この薬袋に書いてある内容と、薬の包装シートに書いて



薬袋（やくたい）

ある名前を確認しながら服用すると、スムーズにできるようになります。そのときに薬品情報提供書（写真つきのお薬説明書）も一緒に見ていくと、自分がどのような薬を服用しているか確認できます。

お薬箱の利用

薬袋を使っても薬の管理がうまくいかない場合は、1週間や1ヶ月単位で日・月・火・水・木・金・土、朝・昼・夕・寝る前と仕切られた専用のお薬箱に薬を分ける方法があります。



お薬箱（1週間分）

この場合、薬を受け取った日にいつどの薬を服用するかをすべて分けて、それに従って服用していけば飲み忘れがなくなります。

朝・昼・夕・寝る前など、服用する時間に合わせて処方薬をま

めて1包化（1回分量の薬を1袋にまとめる）するのも一つの方法ですが、薬の効能の把握が難しくなりがちです。

上手な服薬管理

服薬管理が上手な方は、薬を服用したらカレンダーに印をつけたり、食事の際に服用する薬は忘れないように食卓の目につく所に置いたり、外出用に携帯する薬をあらかじめ分けていたり、常に薬を携帯するなどの工夫をされています。

一方、飲み忘れをしてしまう方は、食後はくつろいでしまっただけで服用を忘れていたり、外出時に携帯することを忘れていたり、外食が多く薬を持って歩いていても服用のタイミングを逃してしまうことが多いようです。同じような理由で薬を飲み忘れてしまう方は、飲み忘れをしないような時間に服用時間を変えられるか、主治医に相談してみてください。

※服用・服薬は薬を飲むこと

時間外受診をされる方へ

【問合せ】小城市民病院

急病等での時間外受診の場合は、必ず電話で宿日直医師の担当診療科をお問合せください。専門外の疾病の場合は、診察できませんのでご了承ください。ホームページ・アドレス <http://www.ogishimin-hp.jp/>

☎73-2161