

お薬のしおり



No.246 (2023.1)

東京医科大学病院 薬剤部

お薬手帳について

みなさんはお薬手帳を活用していますか？お薬手帳は持っているけれど、どのように活用すれば良いか分からないという方もいるかもしれません。今回は、みなさんの安全・安心のために活用できるお薬手帳の紹介です。

○お薬手帳とは？

お薬手帳は、みなさんが使用しているお薬の名前や使い方などに関する情報を、経時的に記録するためのものです。

現在ご使用中のお薬はもちろん、過去に使用されたお薬の情報が手帳に記録されているので、いつでもご自身のお薬に関する情報を容易に確認することができます。また、医療機関に提示していただくことで、お薬の重複や飲み合わせ（相互作用）のチェック、アレルギー歴や副作用歴の確認などが可能となるので、より安心してお薬を使用することができます。

○お薬手帳の活用方法は？

①医療機関にかかる時は必ず持っていきましょう。

医師・薬剤師はお薬手帳を確認することで、お薬の重複や相互作用をチェックすることができます。なお、名前が異なるお薬でも成分が同じであったり、効果が似ていることがあるため、新しいお薬が処方された場合は、必ず手帳に記入するようにしましょう。また、病院ごとや薬局ごとにお薬手帳を作らず、一冊へまとめるようにしましょう。

②一般用医薬品・健康食品も記録しておきましょう。

処方されるお薬には、お薬同士の相互作用だけではなく、ドラッグストアなどで購入できる一般用医薬品（OTC 医薬品）や健康食品との相性が悪いものもあります。そのため、それらを使用する際には、現在服用しているお薬との相互作用をチェックしないといけません。最近買って服用している一般用医薬品やサプリメントなどはお薬手帳に記入しておきましょう。



③アレルギーや副作用歴は必ず記録しておきましょう。

お薬を飲んだ際にアレルギー症状があらわれた等、からだに合わなかったものは、必ずお薬手帳に記入しておきましょう。お薬手帳を確認することで同じお薬、または類似しているお薬によるアレルギーや副作用の再発を防止することができ、より安全な治療を受けることができます。

④医師や薬剤師へ、質問したい事などメモしておきましょう。

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。そうすることで医師や薬剤師にスムーズに伝えることができます。また、血圧や血糖値などの検査値を書き込めば、健康を管理する手帳としても活用することができます。

⑤お薬手帳を携帯、または同じ場所へ保管しておきましょう。

万が一、具合が悪くなったり、緊急入院された時でも、お薬手帳を見ることでこれまでの治療内容を知る事もできます。また、大災害時に、お薬手帳の情報が参考となり、現在服用しているお薬や疾患に関する情報を伝えることができた事例もあります。このように、緊急時に備えるために、お薬手帳を常に携帯しておくようにしましょう。またお薬手帳を同じ場所へ保管し、ご家族へも伝えておくと良いでしょう。



○電子お薬手帳はご存知でしょうか？

これまでは、紙のお薬手帳が主流でしたが、最近は電子版（アプリ）のお薬手帳があります。電子お薬手帳は、お手持ちのスマートフォンなどに、お薬の情報を保管し、紙のお薬手帳と同様に活用するために作られたものです。電子版ですので、アプリの提供会社が情報を適切に保管・管理することで、万一の災害など、さまざまなシーンでの利用も期待されています。アプリによっては、飲み忘れ防止アラーム機能を装備するなど、紙のお薬手帳には無い機能のついたものもあります。

～お薬のことでご不明な点やご不安な点がある場合には、医師又は薬剤師までご相談ください。～