

令和6年度 那覇市指定障害福祉サービス
事業者等への説明会（集団指導）

～薬剤について～

那覇地区薬剤師会 吉田洋史

令和7年1月29日（水） 那覇文化芸術劇場なはーと（大劇場）

自然治癒力とは？

- 人間の体には、病気にかかりそうなきやかったとき、ケガをしたときに、自ら防いだり治そうとする力が備わっています。
- これを自然治癒力といいます。
- 人間が健康を保ち続けようとする働きで、生まれながらに持っており、元気で健全な生活を送るために大切です。

自然治癒力とは？

- 例えば、免疫力もそのひとつで、体の外部から侵入してくるウイルス・細菌類と戦ったり、傷ついた細胞や古くなった細胞を修復したりします。

病気を防ぐ



病気やけがを治す



健康でいるためにできることの一つは、この自然治癒力を高めることです。

薬のはたらき

人間や動物が持っている「病気を治す力(自然治癒力)」を
サポートするはたらきがあります。

病気の症状の緩和



病気の発見



病気の予防



不足分の補充



サプリメントや機能性表示食品は「薬」ではないので注意。

健康な毎日を過ごすために

- 自然治癒力アップには、「健全な食生活、適度な運動、適度な休養」の3つのバランスが大切です。

この3つのバランスが
健康な体づくりに大切！

健全な
食生活



適度な
休養



適度な
運動



健康な体をつくる 健康3原則

くすりのルールは守るべし

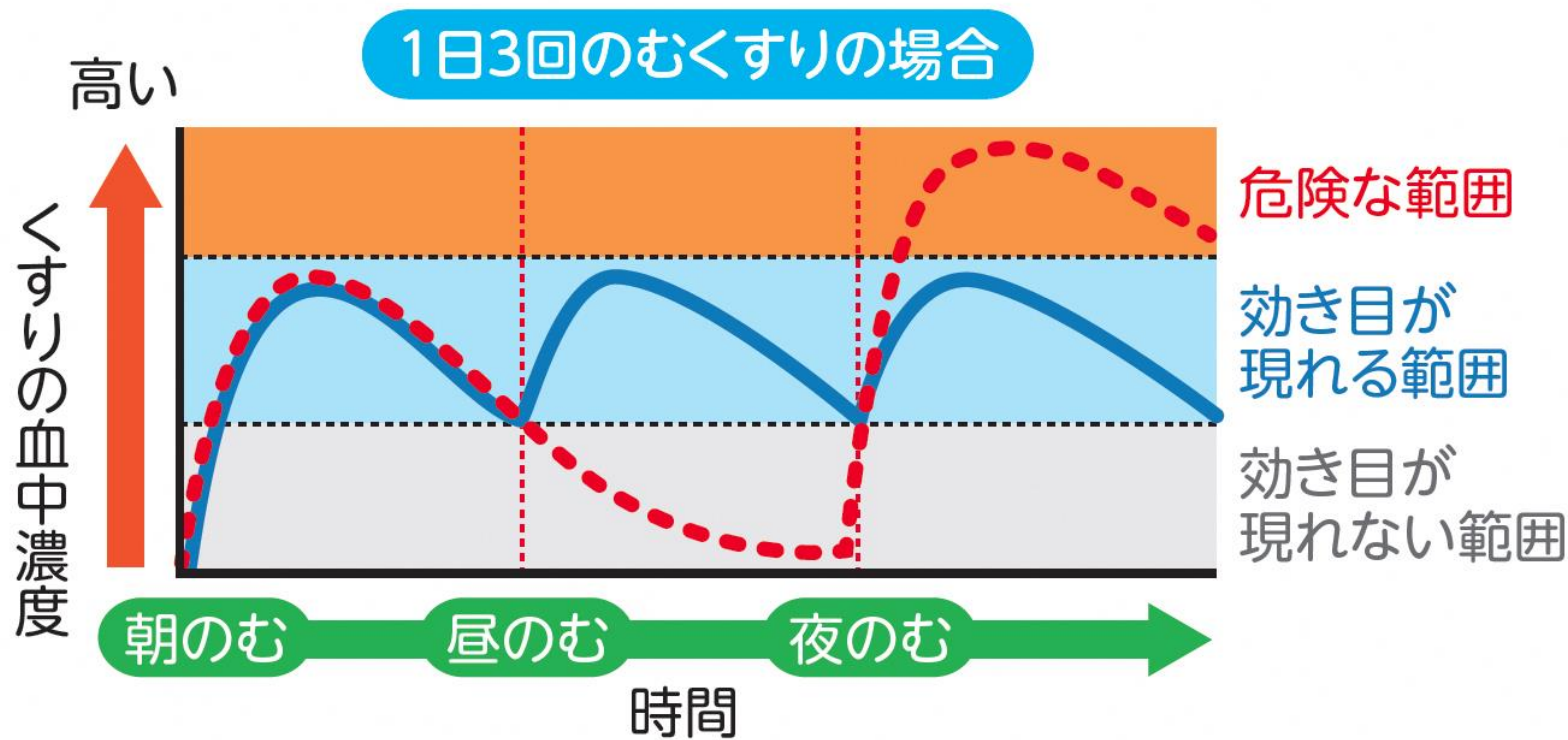
くすりをのむ時間の目安

症状が出た時に使用

とんぶく
頓服
(屯服)



くすりの効き目の現れ方 「くすりの血中濃度」



- 1日3回きちんとのんだ場合
- - 昼のみ忘れて夜2回分のんだ場合

のみ忘れたからといって
2回分のものはダメ!

くすりのルールは守るべし

くすりはお茶やコーヒー、ジュースなどで飲まないで！

• のみ薬は、原則として

① コップ1杯の

② 水かぬるま湯で

③ そのまま

(錠剤をかんだりカプセルを
外したりしないで)

飲みましょう！

少量だとくすりがのどや
食道にはりついて、炎症
やただれをおこすおそれ
があります。

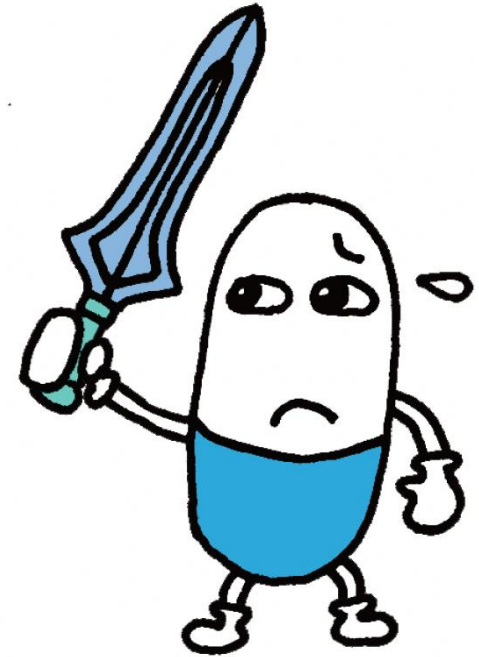
水やぬるま湯以外だ
と、くすりの効き目
が変わることがあり
ます。

身近なくすりの依存症とは

- 最初のうちはよく効くくすりでも、**何度も**使ううちに効果がでにくくなり、使用量や回数が増え、くすり無しではいられなくなってしまうことがあります。
- 頭痛薬や便秘薬といった**身近なくすり**でも、そのような依存症が起きる場合があります。
- くすりは正しくつかってこそ“くすり”。“毒”に変わらないよう十分に注意して使いましょう。

くすりは、両刃の剣！

- くすりは使い方を間違えれば、体に悪影響を及ぼす“毒”になることがあります。
- くすりは、自然治癒力のサポート役！であることを忘れずに、正しく使いましょう。
- また、くすりに頼りすぎて依存症にならないように注意が必要です。



高血压

- Ca拮抗薬
- β 遮断薬
- ARB阻害薬
- ACE阻害薬
- 利尿薬
- α 遮断薬
- α_2 作動薬
- MR拮抗薬
- ARNI

高血圧薬の主な注意点

- **Ca拮抗薬**服用中はめまい、立ちくらみ、頭痛が起こることがある
- グレープフルーツジュースは**Ca拮抗薬**の過度の降圧作用を惹起することがある
- **ACE阻害薬**服用時は空咳が起こる
- 利尿薬は電解質異常を起こしやすい

糖尿病

- インスリン製剤
- GLP-1受容体作動薬
- SU剤（スルホニルウレア剤）
- グリニド剤（速効型インスリン分泌促進薬）
- ビグアナイド剤
- チアゾリジン剤
- α -グルコシダーゼ阻害薬
- DPP4阻害薬
- SGLT2阻害薬
- 糖尿病性神経症治療薬
- 糖尿病性腎症治療薬
- 配合剤

糖尿病薬の主な注意点

- インスリンの自己注射では保管方法（冷所）、懸濁方法、カラ打ちの必要性、注射するタイミングや投与部位
- ステロイドなど血糖値に影響を与える薬剤がないか確認
- 低血糖症状に対応するためにブドウ糖などの糖類を携行する
- **Sickday**の対応確認
- 造影剤検査時には服用できないものがある
- 尿路感染症が起きやすいものがある

パーキンソン病

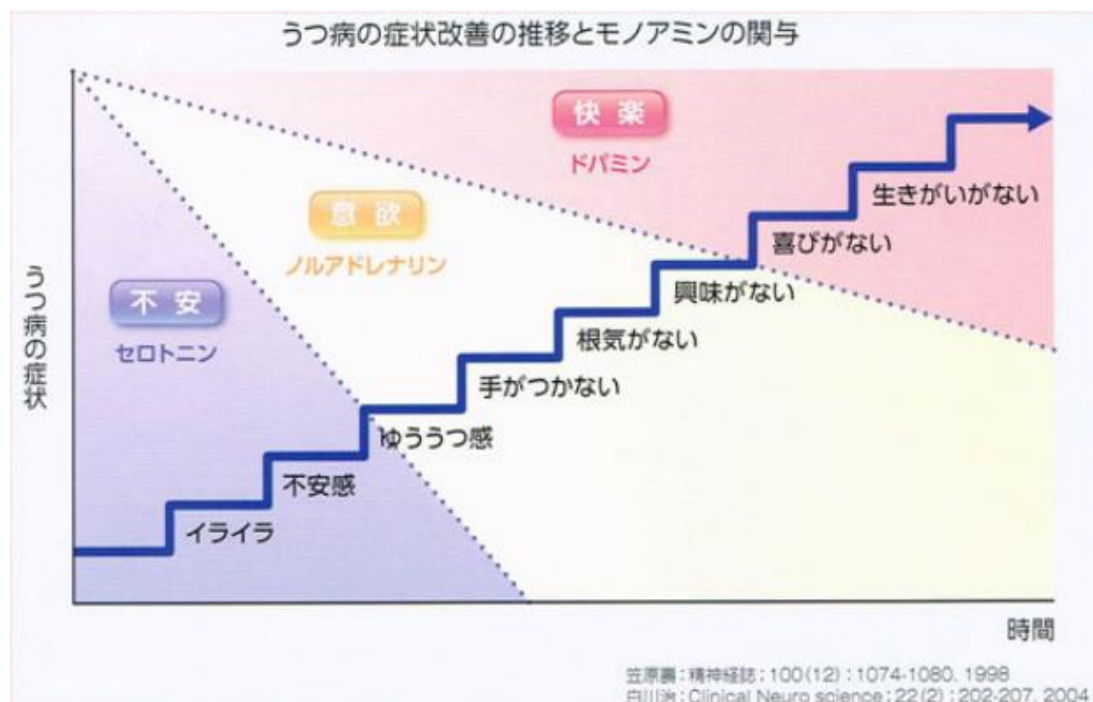
- レボドパ含有製剤
- ドパミンアゴニスト
- MAO-B阻害薬
- COMT阻害薬
- ドパミン遊離促進薬
- レボドパ賦活剤
- 抗コリン薬
- アデノシンA_{2A}受容体拮抗薬
- ノルアドレナリン前駆物質
- レストレスレッグス症候群治療薬

パーキンソン病薬の主な注意点

- レボドパ製剤、ドパミンアゴニスト、アマンタジンなどの服用初期には悪心、嘔吐などの副作用が発現しやすいが、継続により慣れ、症状は軽減する
- レボドパ製剤、ドパミンアゴニスト、**COMT**阻害薬では前兆のない突発的睡眠や強い眠気が起きることがある
- セレギリン、抗コリン薬、アマンタジンではめまい、ふらつき、立ちくらみ、霧視が起きることがある
- 抗コリン薬、ガバペンチンでは眼の調節障害が発現しやすい
- 急激な減量、中止により、悪性症候群が現れることがあるので漸減していく

うつ病

- 三環系抗うつ薬
- 四環系抗うつ薬
- SSRI
- SNRI
- NaSSA
- S-RIM
- 5-HT_{2A}遮断薬
- TCA



抗うつ薬の注意点

- 2～4週後に固有の効果を示す
- 効果よりも副作用が先に出現することがある。嘔気、便秘、口渇など対応可能なものは予め対処方法^{処方}を具体的に説明して安心して服薬できるようにする
- 効果は必ず現れることを保証し、治療への参加意欲を高めていく
- 急激な中止によりめまい、吐き気、睡眠障害などが出現することがある
- 服用初期には不安、焦燥感が増したり、継続中には怒りっぽくなることがある。本人は気づきにくいので家族にも説明しておく
- アルコールとの併用を避ける
- やや元気な状態（軽躁）を呈していたら早めに主治医に報告する

認知症

- **コリンエステラーゼ阻害薬**
- **NMDA受容体拮抗薬**
- **脳循環代謝改善薬**
- **漢方薬**

抑肝散は認知症（アルツハイマー、レビー小体、脳血管性）に伴う行動・心理症状のうち、易怒、幻覚、妄想、昼夜逆転、興奮、暴言、暴力などの陽性症状に有効。一方、うつ、不安、悲哀、無動、食欲不振といった陰性症状には無効で増悪の恐れすらある。

抗認知症薬の主な注意点

- 治療の目的は症状の進行遅延である。症状が変わらないことは効いていることを説明する
- 増量することはもともとの服薬計画になっているので症状が悪化したわけではない
- 増量時には悪心、下痢、興奮などの副作用が発現しやすい

睡眠障害

- **超短時間型（睡眠薬）**作用時間2～4時間
入眠障害に使用される
- **短時間型（睡眠薬）**作用時間6～10時間
- **中間型薬（睡眠薬）**作用時間12～24時間
- **長時間型（睡眠薬）**作用時間24時間以上
- **メラトニン受容体作動薬**

睡眠薬の主な注意点

- 急激な中止は不安や焦燥感を増したり、不眠が悪化するために徐々に減量する
- アルコールは避ける
- 健忘や脱力、持ち越し効果に注意する

厚生労働省からの注意喚起

▽漫然とした継続投与による長期使用を避ける▽用量を遵守し、類似薬の重複投与がないことを確認する▽投与中止時は、漸減、隔日投与等にて慎重に減薬・中止を行う必要がある。ベンゾジアゼピン受容体作動薬には、承認用量の範囲内でも長期服用するうちに身体依存が形成されることで、減量や中止時に離脱症状があらわれる特徴がある。不眠、不安、焦燥感、頭痛、嘔気・嘔吐、せん妄、振戦、痙攣発作などの症状。

睡眠障害：日常生活習慣上の望ましい試み

- 服薬は就寝 30 分以上前に
- 起床時刻を一定にする
- 適度な運動を行う
- 室内環境に配慮する
- 夕方以降のカフェインを控える
- アルコールの摂取は少量に抑える
- ニコチンを控える
- 昼寝は 30 分以内にする
- 夜にぬるめの入浴を長めにする
- 牛乳を摂取する
- 朝日に当たる

便秘

- 塩類下剤
- 糖類下剤
- 膨張性下剤
- 湿潤性下剤
- 大腸刺激性下剤
- 胆汁酸トランスポーター阻害薬
- クロライドチャネルアクチベーター
- オピオイド誘発性便秘症治療薬
- 漢方薬

下剤の主な注意点

- 酸化マグネシウム製剤は長期大量投与による高マグネシウム血症に注意
- 同一薬剤の長期連用は習慣性を生じるため種類を替えるか、作用機序の異なるものを併用する
- 強力な下剤の連用で脱水、低K血症が発現しやすい
- 全身衰弱患者、高齢者には強力な下剤は控える
- 状況に応じて浣腸を行うが依存性が発現しやすい

排尿障害

- α 1 遮断薬
- 5 α 還元酵素阻害薬
- 抗アンドロゲン薬
- 植物・アミノ酸製剤
- 抗コリン薬
- 三環系抗うつ薬
- 漢方薬

排尿障害には閉塞症状（尿が出にくい）と蓄尿症状（尿が近い、切迫感）よりなる

排尿障害の主な注意点

- 女性には使えない薬剤がある
- 抗コリン薬は口渇、便秘、目のかすみ、高齢者では特に尿閉、認知症などの副作用が発現することがある
- 服用開始後は排尿状態（間隔、量、残尿感）について情報収集し使用効果を主治医へ報告する

転倒を起こしやすい薬について

転倒の原因	薬の種類
眠くなる ぼんやりする	薬の作用で眠りを引き起こす (睡眠薬、抗不安薬、抗ヒスタミン薬)
めまいが起こる 気を失う	薬が効きすぎて低血圧、低血糖の症状がでる (降圧剤、排尿障害治療薬、血糖降下剤)
力が上手く入らない	筋肉痛や頭痛などに使用される薬が効きすぎている (筋弛緩薬、抗不安薬)
情動が不安定になる	薬が多すぎて副作用が出る (パーキンソン治療薬、H2プロロッカー)
四肢の震えやこわばりまっすぐ歩けない	薬が多すぎて副作用が出る (抗うつ薬、抗精神病薬)

リスクをもたらす副作用

リスクをもたらす副作用	薬効別
脱力、筋力低下	筋弛緩薬、抗不安薬、睡眠薬
眠気、ふらつき、 集中力・注意力低下	抗不安薬、睡眠薬、抗てんかん薬、抗うつ薬、 麻薬 精神神経用薬、抗ヒスタミン薬、抗アレルギー薬
失神、起立性低血圧、眩暈	降圧薬、利尿薬、抗うつ薬、精神神経用薬
せん妄状態	抗パーキンソン薬、ジギタリス製剤、麻薬、 H ₂ 遮断薬、 β 遮断薬
視覚障害	抗コリン薬、抗うつ薬、非ステロイド薬、抗 結核薬
パーキンソン症候群	制吐薬、抗うつ薬、精神神経用薬

医薬品の介助について

- ・ 医薬品を処方した医療機関や調剤した薬局からの留意点等の説明を確認

おくすり説明書

2022年9月13日

患者ID: 90110123

S05/05/05生 (92歳) 男

1 / 1

HCU

テスト

歯科ニ様

診療科:

医師:

薬剤師:

薬剤

用法

薬の作用

1. アムロジピンOD錠5mg「トーワ」

0日分



のみ薬 1日1個				
起床	朝	昼	夕	眠前
-	1	-	-	-

分1 朝食後

血管に作用して、血管を広げて、血圧を下げたり、狭心症の発作を予防します。

【生活上の注意】

めまい等が現れることがあるので、自動車の運転、危険を伴う機械の操作や高所での作業には注意して下さい。グレープフルーツ果実やジュースは避けて下さい。なるべく日に当たりすぎないようにしましょう。口中で溶けますが、だ液か水で飲み込んで下さい。湿気を避けて保管して下さい。

【副作用】

体がだるい、皮膚や白目が黄色い、発熱、のどが痛い、手足に赤いはん点、歯ぐきや鼻からの出血、脈が近くなる、めまい、筋肉痛、力が抜けた感じ、尿が赤い、発疹、かゆみ、じん麻疹、歯ぐきはれる等の症状が現れたら、医師・薬剤師に相談して下さい。

【注意事項】

ノルバスク錠5mgの後発医薬品です。

2. リンゼス錠0.25mg

0日分



のみ薬 1日2個				
起床	朝	昼	夕	眠前
-	1	1	-	-

分1 朝食前

腸の動きを良くしたり水分量を増やしたりして、便秘や腹痛を改善します。

【生活上の注意】

食前に服用して下さい。服用直前にシートから取り出して服用して下さい。

【副作用】

激しい下痢等の症状が現れたら、医師・薬剤師に相談して下さい。

3. シュアポスト錠 0.25mg (糖尿)

0日分



素錠(裸錠) 1日3個				
起床	朝	昼	夕	眠前
-	1	1	1	-

分3 食直前

すい臓からインスリンを出させることにより、食後の血糖の上昇を抑えます。

【生活上の注意】

常に砂糖等を持ち歩き、低血糖症状が現れたら、すぐに食べて下さい。食事の直前(10分以内)に服用して下さい。眠け、注意力・集中力の低下等が現れることがあるので、自動車の運転等の危険を伴う機械の操作には注意して下さい。薬は包装から出さずに保管して下さい。

【副作用】

低血糖症状(めまい、ふらつき、ふるえ、空腹感等)が現れたら指示された処置を行って下さい。体がだるい、皮膚や白目が黄色い、発熱、発疹、胸が痛い、赤いはん点、かゆみ等が現れたら、医師・薬剤師に相談して下さい。

注意事項に記載の副作用については、一部の患者さんにしか起きません。また全ての副作用について記載しているわけではありません。いつもと違った症状が現れたら、早めにご相談ください。



を使用されている方へ



1. 貼ったところを日光にあてることにより、過敏症状(発疹・発赤、かゆみ、はれなどのかぶれ)が起こることがあります。



貼ったところを日光にあてないでください※

- ① 海水浴、ゴルフ、テニスなど外での活動はひかえてください。

例) 膝に貼った場合

はがした後もくすりは皮膚に残っています。



はがした後も、貼ったところを日光からさげてください。



サポーター

長ズボン

※特に20歳未満の人は、部活動や体育行事などで日光にあたる機会が多く、かぶれが発現する可能性が高いと考えられますのでご注意ください。



2. その他の注意事項

妊娠後期の女性は使用しないでください。



外用剤(パップ、クリーム、軟膏、液など)、化粧品、サンスクリーン、香水等でかぶれたことのある方は、医師または薬剤師にご相談ください。



このくすりに入っている成分によりかぶれたことのある方が使用すると、かぶれることがあります。

貼ったところにかぶれが起こったら、すぐに使用を中止し、医師にご相談ください。



・かぶれているのに使い続けると、かぶれが悪化します。また、かぶれを日光にあてると悪化し、まれに全身にかぶれが広がる場合があります。

・かぶれのあとに、しみ(色素沈着)ができることがあります。

・このくすりを貼ってかぶれなどの過敏症状が起こった方は、以後、ケトプロフェン製剤(坐剤など剤形の異なる製剤、一般用を含む)の使用を控えてください。

このくすりを人に譲ってはいけません。(お子さま、お孫さま、ご友人など)



譲られて正しい使い方を知らずに使用し、かぶれが発現した例があります。

医薬品の介助について

- 医薬品の使用を介助することになった場合には、その使用目的、取り違えその他の誤使用を防止する方策、適正に使用する方法等について、従業者に対し、**改めて周知徹底**すること。また、看護職員の配置がある場合には、医薬品の使用の介助については**看護職員によって実施**されることが望ましく、また、その配置がある場合には、その指導の下で実施されるべき

医薬品の介助について

- 特に医薬品の取り違えについては、利用者の入れ替わりや職員の入替わりなどで起きる可能性が高まることを踏まえて、日頃から職員の声かけなどにより、本人確認の徹底を行う
- 人の間違い、飲ませ忘れ、時間の間違い
重大な健康被害に、最悪は命の危険に！

医薬品の介助について

- 医薬品の誤使用が発生した際には、以下の対応を行うこと
 - 速やかに医療機関に連絡して、必要な対応について相談すること
 - 医薬品の誤使用が発生した原因を分析し、その再発を防止する観点から、施設等の内部における情報の共有・注意喚起等必要な安全管理対策を講じること

速やかに医療機関に連絡・相談

- 誤薬が発生した際には、すぐに施設内の医師や看護師など医療スタッフに報告し、対応を依頼します。夜勤帯で施設内に不在の場合は、**すぐに電話**して状況を詳しく説明し、指示を仰ぎましょう。
- 報告と同時に、ご利用者に**異変が起きていないか**もあわせて確認することが大切です。例えば、普段は睡眠薬を飲まない方に誤って飲ませてしまった場合、歩行が不安定になり転倒するリスクが考えられます。
- 自分が誤薬をしてしまった場合だけでなく、もし他の職員が誤薬をしたときにも**協力して対応**しましょう。
- なお、誤薬の発生後にご利用者への対応方法を決定できるのは医師のみです。現場の介護職員だけで判断せず、必ず医療スタッフに報告し**医師の指示**を待ちましょう。

原因を分析しその再発を防止

- 事故報告書を作成し、那覇市へ提出
原因分析を行い他事業所へ再発防止喚起
- 服薬マニュアルの見直しには管理者だけでなく意識を高めるためにも関わる職員をできるだけ多く参加させる
- マニュアルには誤薬時の対応手順も記載しておく
- 多すぎるチェック回数は職員の負担増と集中力の低下につながるため効率的なチェックを！

原因を分析しその再発を防止

- 実際に誤薬になることは少ないので、ヒヤリハットが起きたときにも事業所で情報を収集・共有し、新たな問題点に気づくきっかけに繋がってみてはどうでしょうか
- 間違えた人を責めないで下さい。客観的に誤薬がおきた状況を明確にし、人的エラーを起こさないためのシステムづくりを考えましょう

環境づくり

- 服薬管理には集中力が必要なため、時間切迫、多重課題、業務中断などがあるとエラーが起こりやすい
- 配薬作業に専念できる時間を作り出す工夫と協力体制を整える

薬局との連携 一包化





I C T の活用

服薬時にモバイル端末で**3つのQRコード**を読み込み**渡し間違い防止!**

① 利用者様



食札・座席



居室・ベットサイド

モバイル端末で3点
QRコードをチェック



② スタッフ

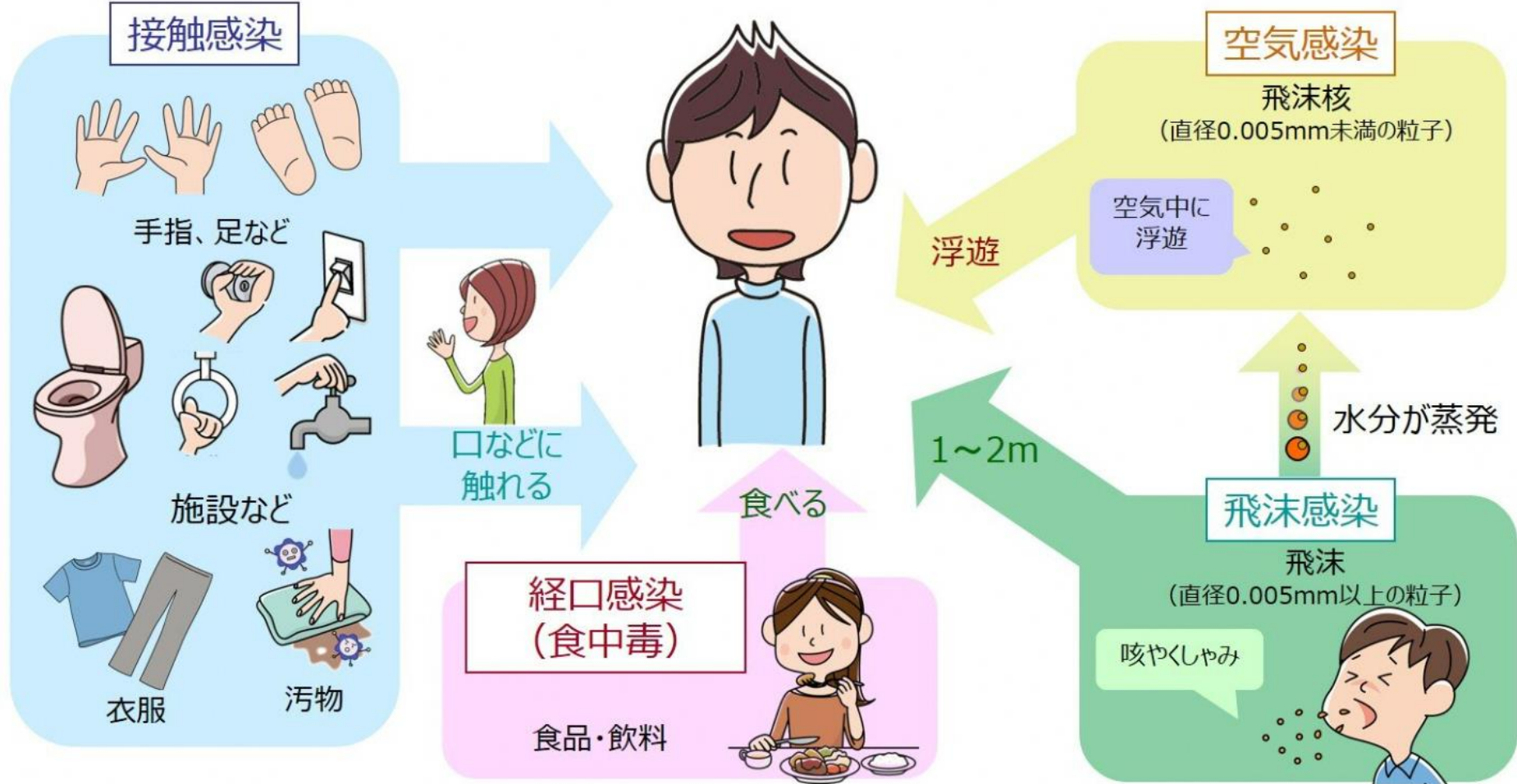


③ 薬袋



多くの薬局で、お薬を包む機械(分包機)が、QRコード印字に対応しており、薬袋に直接印字可能です

感染症の主な感染経路



感染対策の基本（感染対策の3つの柱）



2

感染経路の遮断

感染経路を遮断するためには、次の3つに配慮しましょう。

ウイルスを
持ち込まない
こと

ウイルスを
持ち出さない
こと

ウイルスを
拡げない
こと

施設に出入りする際の手洗いや手指消毒の徹底（職員に限らず出入りする人の全員）や、手袋や個人防護具をケアごとに取り替えることが大切です。また、感染症の流行状況によっては外部からの来訪者の制限も必要になることがあります。

1

病原体（感染源）の排除

嘔吐物や排泄物、血液などの体液（汗を除く）、感染者に使用した器具・器材（ガーゼ等）は感染源となる可能性があります。これらを患者の隔離、消毒、汚染源の排除により除去する必要があります。



3

宿主の抵抗力の向上

感染症に対する抵抗力を向上させるためには、日ごろから**十分な栄養や睡眠**をとるとともに、**予防接種**によりあらかじめ免疫を得ておくことも重要です。



身のまわりを清潔にしましょう。

石けんやハンドソープを使った
丁寧な手洗いを行ってください。



手洗いを丁寧に行うことで、
十分にウイルスを除去できます。
さらにアルコール消毒液を
使用する必要はありません。

手 洗 い		残 存 ウ イ ル ス
手 洗 い な し		約 100 万 個
石けんや ハンドソープで 10秒もみ洗い後 流水で 15秒すすぐ	1 回	約 0.01% (数百個)
	2 回 繰り返す	約 0.0001% (数個)

(森功次他：感染症学雑誌、80:496-500,2006 から作成)

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、
熱水や塩素系漂白剤、及び一部の洗剤が有効です。



食器や箸などは、80℃の熱水に
10分間さらすと消毒ができます。

火傷に注意してください。



濃度 0.05% に薄めた上で、
拭くと消毒ができます。

ハイター、ブリーチなど。
裏面に作り方を表示しています。

※目や肌への影響があり、
取り扱いには十分注意が必要です。
※必ず製品の注意事項をご確認ください。
※金属は腐食することがあります。



有効な界面活性剤が含まれる
「家庭用洗剤」を使って
消毒ができます。

NITE ウェブサイトで
製品リストを公開しています。

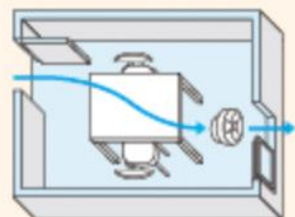
NITE 洗剤リスト 検索

[こちらをクリック](#)

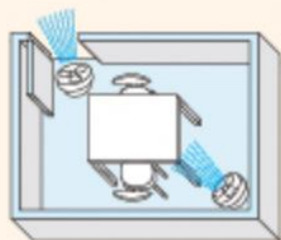


職場でルールを決めて運用

定期的な換気



- ☐ 対角線上のドアや窓を開ける

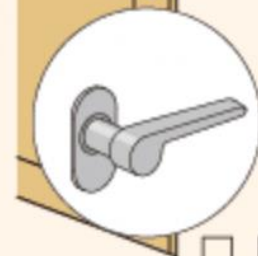


- ☐ サーキュレーター
の活用

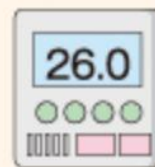
コンタクトポイントの清拭・除菌



- ☐ 照明の
スイッチ



- ☐ ドアノブ



- ☐ 空調のスイッチ



- ☐ ロッカーの扉

職場でルールを決めて運用

コンタクトポイントの清拭・除菌



☐ 便座



☐ ハンドソープ・
消毒剤のポンプ



☐ 洗浄ボタン



☐ 手洗い蛇口



☐ レバー



☐ 手すり



☐ トイレット
ペーパーホルダー



☐ スイッチ



☐ ドアノブ

手洗い場の整備



☐ ハンドソープ・
手指消毒剤の
設置

☐ 薬剤の
残量チェック

定期的なトイレ清掃



☐ 使用頻度に合わせて
清掃頻度を設定

手指衛生のタイミング

- 食事前
 - 未調理の食材に触れた後（特に生肉・鶏肉・魚）
 - トイレに行った後
 - オムツを替えた後や、トイレ後のこどものおしりを拭いた後
 - 病人の世話の前後
 - 創傷の手当の前後
 - 鼻をかんだ後、咳やくしゃみをした後
 - 動物や動物ごみ（糞や抜け毛など）を取り扱った後
 - ごみを取り扱った後
-
- このような手指消毒を行う場所には、アルコール手指消毒薬を設置しておきましょう。

テーマ別に探す

報道・広報

政策について

厚生労働省について

統計情報・白書

所管の法令等

申請・募集・情報公開

🏠 ホーム > 政策について > 分野別の政策一覧 > 福祉・介護 > 障害者福祉 > 感染対策マニュアル・業務継続ガイドライン等

感染対策マニュアル・業務継続ガイドライン等

障害福祉サービス施設・事業所職員のための感染対策マニュアルについて

障害福祉サービス施設・事業所職員の感染症への対応力の向上を目的として、必要な感染症の知識や対応方法をまとめた「障害福祉サービス施設・事業所職員のための感染対策マニュアル」を作成しました。障害福祉サービス施設・事業所でご活用ください。

- ▶  [入所系マニュアル](#) [PDF形式：3,144KB] 
- ▶  [通所系マニュアル](#) [PDF形式：2,589KB] 
- ▶  [訪問系マニュアル](#) [PDF形式：2,546KB] 



賢い患者・生活者になるために

もっと身近に、
ずっとそばに。

薬や健康のことを
かかりつけ薬剤師に
相談してください。





かかりつけ薬局・薬剤師

- ちょっとした病気の診療や日常の健康相談などは、身近な「かかりつけのお医者さん」にみてもらおうと思いますが、薬局についても同じように、薬の使い方や疑問に答え、よき相談相手になってもらえる「かかりつけ薬局」「かかりつけ薬剤師」を持つことをおすすめします。
- 薬局には薬の専門家である薬剤師がいます。あなたの薬や健康のアドバイザーとして身近にいる薬剤師を活用してください。

お薬手帳

持ってちょうだい!

急病、副作用防止、災害時など、
お薬手帳はあなたを守ります。

お薬手帳を
使いこなそう!

薬の名前を覚えていますが

今までにどんな薬をどれだけ飲んでいったのか、副作用やアレルギーはなかったかなどが分かり、どんな病気にかかったか、子どもの健康状態も日記のように記録できます。常に携帯すれば外出時の急な受診などに役立ちます。

一文字変わるだけでも薬は全く異なります。



用法・用量を確認!

あなたのお薬手帳、活用していますか？

お薬手帳 5つのいいこと



い 医療機関にかかる時は 必ず持って行きましょう

- 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 言いたい事や伝えたい事を 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。

お薬手帳についてのご質問、お問い合わせは、お近くの薬局にどうぞ!!

い 一般用医薬品 (OTC 医薬品、大衆薬) ・健康食品も記録して

- 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

- 旅行先で病気になった時や災害時に避難した時、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「1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。

(社) 沖縄県薬剤師会

このちらしは、(財)沖縄県保健医療福祉事業団からの助成金によるものです。



スマホで安心!
お薬管理

eお薬手帳 3.0

処方箋も市販薬も
まとめてカンタン
お薬登録!



写真で
簡単登録!



見やすい
デザイン



薬局での待ち
時間を短縮!



アカウント
管理も簡単!



お薬を登録する



安心・便利な
機能が

満載!



処方箋送信

お気に入り薬局



おくすり手帳を
見せる



服薬アラーム



eお薬手帳 1.0

こちらの
QRコードから
ご利用ください

▼ Android



▼ iOS



公益社団法人

日本薬剤師会

Japan Pharmaceutical Association

その悩み、まず薬局で相談！



日々の健康をサポートしています

これからの
調剤薬局

地域の医療・健康ステーションとしての
役割を担う存在へ

