

# おくすり手帳を持ちましょう

## おくすり手帳とは？

あなたがいつ、どこで、どんなお薬を処方してもらったかを記録しておく手帳のことです。あなたのアレルギーや副作用を記入することで、より安心してお薬を使うことができます。



## おくすり手帳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。
- 血圧・血糖値など、自分の検査値を記録しましょう。

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、救急の時など、おくすり手帳があれば、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、あなたがおくすり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、別々のおくすり手帳を作らないようにしましょう。

## 地震など災害時におけるおくすり手帳の活用

東日本大震災により服用薬をなくされた患者様において、おくすり手帳を利用することで、使用状況がすぐに把握でき、限られた環境でも医療チーム間の引き継ぎをスムーズに行うことができる等その有効性が再確認されました。

おくすり手帳についてのご質問やお問い合わせは、お近くの薬局・薬剤師にどうぞ

一般社団法人  
愛媛県薬剤師会  
愛媛県病院薬剤師会