

# 私たちの大切な地域医療を守るために

## 郡上市の今後の地域医療を みんなで一緒に考えよう



▲沢崎医院 澤崎院長

### お薬手帳を上手に活用 しましょう

郡上市を取り巻く医療の状況については、これまで諸先生方がこのコラムに書いておられます。今回は少し肩の力を抜いて、医療機関を受診するときにあると便利なお薬手帳の話をしていきます。

医療機関を受診して窓口や処方薬局で薬をもらうと、薬の名前や効果を書いた紙を渡されまします。それを貼り付けて記録するのがお薬手帳です。お薬手帳を活用すると、あちこちの医療機関を受診しても薬の重複を減らし、余計な医療費の支払いをなくし、必要な治療を早く受けられるようになります。

お薬手帳をみせれば、薬の副作用の早期発見や予防にもなります。例えば痛み止めの薬をあちこちの医療機関からもらって

いると、副作用で胃潰瘍ができたり、肝臓や腎臓を悪くすることがあり注意が必要です。薬手帳があれば、同じような薬が重複していないかが、すぐにわかります。

歯科や眼科を受診するときも必ず持参しましょう。歯科で抜歯の処置をするとき、ビスフォスフォネート製剤という骨粗鬆症の薬を服用している場合は、その薬をしばらく中止する必要があります。目の手術や胃力メラ・大腸力メラを受けるときは、血液をサラサラにする薬を服用している人はその薬を1週間ほど休薬してからでないと処置ができません。これらの処置をする際に、お薬手帳があれば休薬が必要な薬がないか、すぐに確認できます。

難病や重い病気で岐阜市などの大病院に通院している患者さんが、体調を崩して自宅に近い郡上市内の病院を受診したとします。その時に医師にお薬手帳をみせれば、どのような薬を服用しているかすぐにわかり、必要な処置をすることができまします。

地震や洪水などの大災害にあ

医療を取り巻く環境は大きく変化し、特に私たち郡上市のような地域では、医療環境の維持が難しくなっています。そのような中で市民のみなさんの健康を守っていくためには、行政や医療機関だけでなく、市民のみなさんのご理解とご協力が不可欠です。そこで郡上市における地域医療の現状や課題等を広く知っていただくため、病院や医師の先生方にご協力をいただいで広報誌でお知らせしています。

第5回目となる今回は、沢崎医院 澤崎茂樹 院長に寄稿いただきましたのでご紹介します。

って、着の身着のまま避難しなければならぬことがありまします。その時もお薬手帳を持って避難すれば、臨時の医療機関を受診したときに自分がどんな薬を服用していたかすぐにわかり、必要な治療を受け、薬をもらうことができます。実際に東日本大震災の際には、お薬手帳を持って避難した人は、病歴や必要な薬がすぐにわかり、適切な治療を早く受けることができました。ただし、急いで避難しなければならぬ時に、お薬手帳を取りにわざわざ戻る人はいないと思います。そこで、最近もらった薬の内容が貼ってあるお薬手帳のページをスマートフォンや携帯電話などで撮影しておくというのも一つの方法です。また、最近はお薬手帳と同じように使えるスマートフォンのアプリもあります。代表的なアプリとしては、公益社団法人日本薬剤師会の「eお薬手帳」などがあります。

とここで、せっかく処方された薬を飲み忘れてしまったり、体調に合わないために飲まずに残してしまうことがあると思います。次に薬を処方してもら

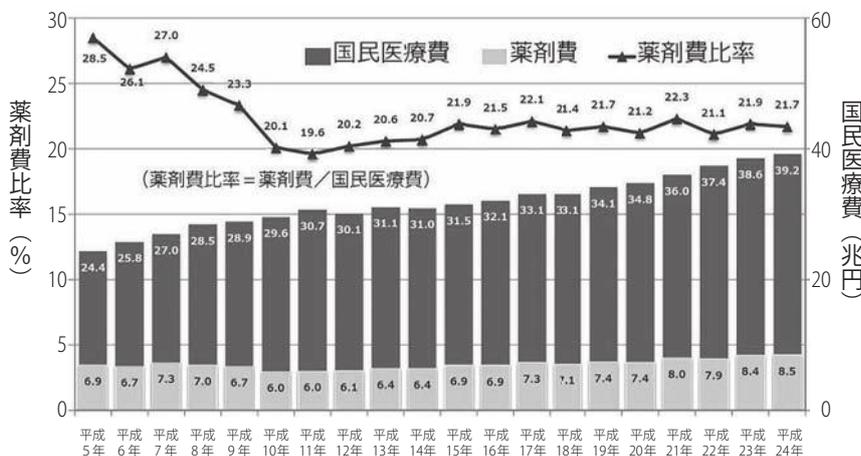
ときに、お薬手帳を活用して病院や調剤薬局で残薬をみてもらい、薬の量を調整すれば無駄になる薬を減らすことができまします。これは、薬代・医療費の節約にもなります。

厚労省の資料によると、飲み残しの薬の金額は、日本全体で年間8、700億円（平成29年度の岐阜県予算に匹敵）に上るといいう試算があります。飲み残し飲み忘れの薬を調節すれば、年間3、300億、500億円の薬代が節約できるといいう試算もあります。これは、医療費を一人当たり年間5、200円節約できることになりまします。

このように、お薬手帳は患者さん本人や医療

機関にとって有益であるばかりでなく、医療費の節約にもつながります。医療機関を受診するときは必ずお薬手帳を持参しましょう。

医療費の要因別伸びの状況（薬剤費と薬剤比率の動向）



出典：厚生労働省