

教えて! ももっち博士

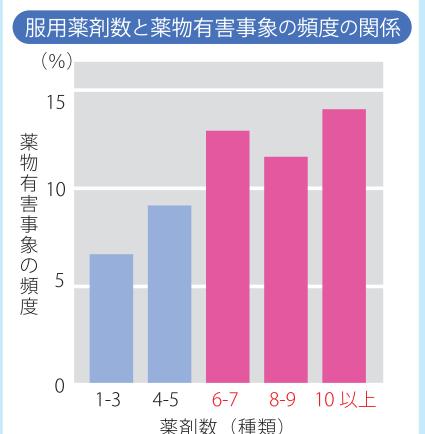
おくすりと
上手に付き合おう!

そのとおり！
じゃが、薬は正しく使ってこそ、
期待通りの効果が出るもの。
間違った使い方をすると
かえって害になることもあるんじや。



実際のところ、
何種類の薬を使うと
「ポリファーマシー」
になるの？

飲んでいる薬の種類が少なくて有害な事象が出ることはあるし、逆に薬の種類が多くても全く問題がないこともあるから、薬の数によって「ポリファーマシー」かどうかが決まるわけではないんじや。
ただ、高齢者の場合は6種類以上になると副作用のリスクが高くなると言われておるぞ。



グラフは厚生労働省「高齢者の安全な薬物療法ガイドライン 2015」を基に作成

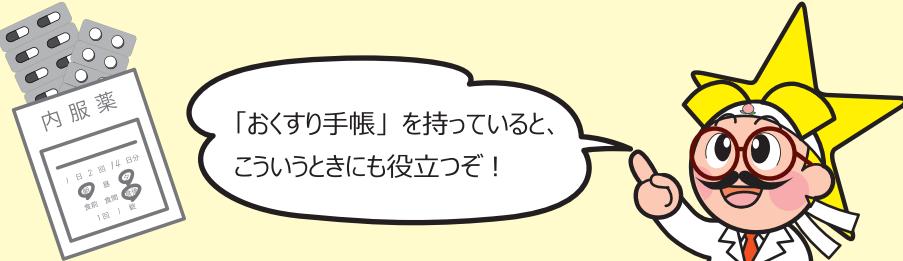
薬の副作用として多くみられる症状 <例>



当てはまる症状がある人は
かかりつけ医・かかりつけ薬局
などに相談してみよう！

使っている薬は、正確に伝えるべし！

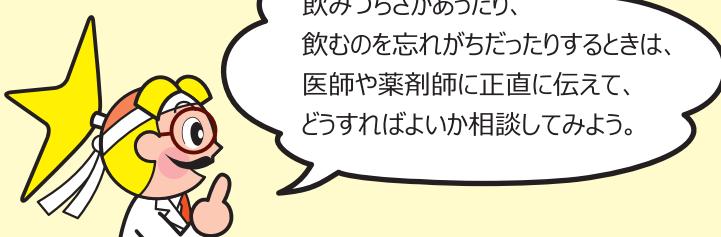
医療機関にかかるときは、必ず、自分がいまどんな薬を使っているのかを、すべて正確に伝えましょう。もし他の医療機関で処方されている薬や、日頃使っている市販薬やサプリメントなどがあれば、そのことも忘れずに伝えてください。



「おくすり手帳」を持っていると、
こういうときにも役立つぞ！

処方された薬は、指示通りにきちんと飲むべし！

薬の効果を正しく発揮させるためには、指示のあった量・時間・回数などを守って、きちんと使い続けることが大切です。



薬が効いてない？

実は全然
飲んでません。



“かかりつけ”を持つべし！

薬のことでも何か気になることがあったときに、いつでも気軽に相談に乗ってもらえるよう、身近な場所に「かかりつけ医」や「かかりつけ薬局」を持っておくことも、とても大切です。



さあ、あなたも
お薬と上手に付き合って、
毎日を健やかに過ごしましょう！

