

ほっとニュース

発行：特定医療法人 一成会 木村病院／企画広報室

特定医療法人 一成会 理念

みんなの元気のパートナー



おくすり手帳をご活用ください

特定医療法人一成会理事長・木村病院院長 木村 厚

『お薬手帳』をご存知ですか？

ご自身がどんなお薬を服用しているか、ということを記入した小さな手帳です。この『お薬手帳』が注目されたのは、1995年1月17日の阪神淡路大震災の時のこととで、避難された時にこの『お薬手帳』を持っていた方は、スムーズに医療を継続することができました。大災害時でなくても、普段の外来診療や救急搬送時も同様で、『お薬手帳』をご提示いただければ、確認の手間がはぶけ、速やかに適切な診療が行なわれます。高血圧、心臓病、糖尿病などの慢性疾患で、継続して薬を服用し続けなければならない人にとっては、「命綱」にもなりえます。

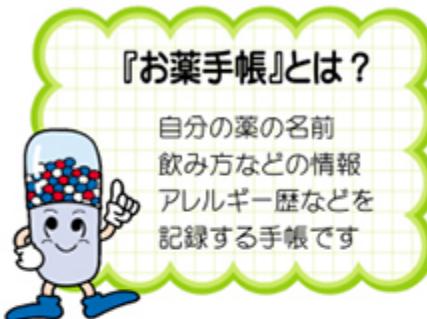
木村病院では、2008年から、外来通院の患者さん、入院患者さん、救急の場合にも、『お薬手帳』の活用をお勧めしています。

今号を読んで、『お薬手帳』の意味をご理解頂き、ご活用頂ければ幸いです。



『お薬手帳』 いつも持ち歩きましょう

病院などが発行した処方せんを調剤薬局に持っていく、薬を受け取るという経験は多くの方がされているのではないかでしょうか。その際に、「お薬手帳」を渡されていると思いますが、上手に活用できていますか？薬は飲み方によっては副作用を起こすことがあります、慎重に扱う必要があります。「お薬手帳」は私たちの命や健康を守る大切なツールです。今回はこの「お薬手帳」の活用法について紹介いたします。



『お薬手帳』とは？

自分の薬の名前
飲み方などの情報
アレルギー歴などを
記録する手帳です

通院・買い物・お散歩・お出かけ・通勤・通学・旅行・修学旅行・海外旅行（薬局に英語で書いてもらいましょう）、急病・事故で病院に行く時、入院時、災害時などいつでも持ち歩きましょう！

★ ご自身の薬の名前・情報を医師・歯科医師・薬剤師に見せましょう ★

① 医療機関にかかる時

病院、医院、歯科、耳鼻科
眼科、皮膚科、など



② 調剤薬局・ 薬局に行く時

重複(だぶり)投与、
アレルギー、飲み合わせなどを
確認します



③ ご自分の記録として

- * 飲んでいる市販薬や健康食品の名前
 - * 手が不自由、目・耳などの障害
 - * ストマ使用、透析中など
 - * 医師・薬剤師への質問事項



▶『お薬手帳』は一冊に
まとめましょう！

『お薬手帳』は 全国共通使用です。複数の病院からお薬をもらっている場合も、1冊にまとめてましょう。

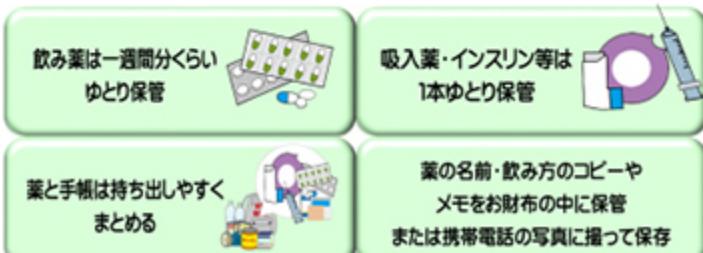
木村病院は、
『お薬手帳』活用推進病院です

★『お薬手帳』は 通院時・入院時・緊急時・災害時 にとても役立ちます



外出時に急な事故にあった時など、『お薬手帳』を携帯していることで、いつでも服用している薬の内容がわかり、記録をもとに、医師や薬剤師間の連絡もスムーズに進み、医療機関による救命救急処置が円滑に行われます。病院での処置の前に飲んでいる薬の情報が必要になることがあります。『お薬手帳』がない場合、飲み薬の調査をしなければならず、調査後の治療となります。

★ 万が一に備えて、災害時のお薬対策をしましよう！



★災害時の実話★

東日本大震災の時には、『お薬手帳』によって、現地で治療を行った医師に患者さんの病気のことや必要な薬がすぐにわかり役に立ちました。薬剤師は入手可能な限られた薬の中から、患者さんに必要な代替薬を医師へ提案することができました。

★災害時の医薬品不足の対応★

災害時には、医薬品不足が予想されます。入手可能な代替薬を処方してもらいましょう。万が一、「お薬手帳」「お薬現物」が手元になかったとしても、救護所や避難所、病院へしましょう。



鳥インフルエンザについて

～ 2つのホームページからの情報です ～

厚生労働省ホームページより (2013年5月15日)

http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/kenkou/kekkaku-kansenshou/influenza/h7n9.html

今般、中国において鳥インフルエンザA(H7N9)ウイルスに感染した患者が報告されていますが、これまでのところ、ヒトからヒトへの持続的な感染は確認されておりません。

現在、国立感染症研究所においては、中国CDC(疾病予防管理センター)から入手したウイルス株を用いたワクチン株の製造準備を行うなど、鳥インフルエンザ A(H7N9)の対策を進めています。

国立感染症研究所ホームページより [Q & A の 2 項目をのせてあります]

<http://www.nih.go.jp/niid/ja/diseases/a/flua-h7n9/2273-idsc/3394-h7n9-qa.html> (2013年4月26日更新版)

WHO:中国における鳥インフルエンザ (H7N9) ウイルスにより引き起こされる人への感染についてよく寄せられる質問

8. 鳥インフルエンザ A(H7N9) ウイルスの感染をどのように防ぐことができますか？

感染源と感染経路の両方が不確定ではありますが、感染全般を防ぐために基本的な衛生慣行に従うことが賢明です。その中には手指衛生や咳工チケット(原文では「呼吸器の衛生」と食品安全対策が含まれます。

手指衛生 :

以下のような時には手を洗いましょう:

- ◆ 食事を用意する前、用意している間、その後 ◆ 食べる前
- ◆ トイレを使用した後 ◆ 動物の世話をしたり、動物の排泄物を処理した後
- ◆ 手が汚れている時 ◆ 家人が病気になりお世話をする時

手指衛生は、また、(汚染面への接触から)自分自身への感染伝播を予防します。これらは、医療機関においては、患者に対して、および医療従事者や他の人への感染伝播を防ぐことにつながります。

手が肉眼的に汚れている場合には、石けんと流水で手を洗いましょう。手が肉眼的に汚れていない場合は、石けんと流水で手を洗う、または、アルコール製剤による手指のクリーナーを使用しましょう。

咳工チケット :

咳やくしゃみをするときには、医療用マスク、ティッシュペーパー、(服の)袖、または曲げた肘で口と鼻を覆いましょう。その後に、蓋を閉じることの出来る容器に使用されたティッシュペーパーを捨てましょう。気道分泌物との接触後には、手指衛生を行いましょう。

14. 鳥インフルエンザ A(H7N9) ウイルス用のワクチンはありますか？

インフルエンザ A(H7N9) 感染予防のためのワクチンは現在ありません。しかし、ウイルスはすでに最初の患者から分離され、特徴が分かってきています。ワクチン開発の最初のステップは、ワクチンに用いることができる候補となるウイルス株の選択です。WHOは、パートナーと協力して、最良の候補ウイルスを識別するために利用可能なインフルエンザ A(H7N9) ウイルスの特徴を明らかにしていきます。そして、ワクチンが必要となった場合に、これらの候補ワクチンウイルスは、ワクチンの製造に用いることができます。