

飲んでいるお薬、記録していますか？

SDGsラジオを読んでみよう！

「お薬手帳」って知っていますか？病院や薬局でもらった薬を記録する手帳のことです。地震や津波などの災害に備えて、非常食を用意したり、避難場所を確認したり、いろいろな準備が必要ですが、実はお薬手帳も大切な備えなんです。

過去の災害時には、病院や薬局で保管されていた記録が失われてしまったこともあります。

「これまでにどんな薬を飲んだのか」を知る方法がこのお薬手帳だけになってしまう可能性があることから、きちんと用意しておくことが大切です。

そんなお薬手帳をもっと手軽にするために、全国で薬局を運営している「日本調剤」が開発したのが、お薬手帳をスマホで記録・確認ができるアプリ「お薬手帳プラス」です。

薬の記録をデータに保管できて、もしもの際も安心です。さらに、ネットが繋がらない状況であっても記録を確認できるんですよ。

みなさんの家では災害に備えて、お薬手帳は用意していますか？

SDGsラジオの内容を、もっと詳しく知ろう！



画像参照：お薬手帳のイメージ画像（日本調剤公式HPより）



画像参照：「お薬手帳プラス」でできること（日本調剤公式HPより）

飲んだ薬の種類や量、薬を使用した期間などを記録するのに便利な「お薬手帳」。この手帳があると、これまでの飲んだ薬のことがわかり、アレルギー反応や副作用を防ぐことができます。また、「お薬手帳」は、災害のときにもとても役に立ちます。例えば、2011年3月に発生した東日本大震災では、多くの病院や薬局が被害を受けてカルテがなくなってしまいました。でも、「お薬手帳」をもっていれば、飲んでいる薬についての正しい情報がわかるため、非常に役立ちました。

日本調剤では2011年の震災のときから、患者さんのお薬情報をデータとして残していました。そのおかげで、多くの患者さんの薬の情報を確認できて、病院と協力することができました。この経験から生まれたのが、スマホでお薬手帳の情報を簡単に見ることができるアプリ「お薬手帳プラス」です。お薬手帳プラスでは、体重や血圧、血糖値をグラフにして記録することができる機能もあります。これによって、自分の健康を管理しやすくなります。2014年から今までの登録者は200万人を超えていて、日々の薬の管理はもちろん、災害の備えとしても役立っています。

キーワード

アレルギー反応・副作用

「アレルギー反応」とは、花粉や食べ物などの特定の物質（アレルゲン）に対して身体が過剰に反応し、かゆみやくしゃみなどの症状が起ることです。「副作用」とは、薬を飲んだ時に、つらい症状を抑えるという効果のほかに生じてしまう望ましくない作用のことです。例えば、花粉症の薬を飲んで、鼻水は止まったけど眠くなったりすることがあります。

東日本大震災

2011年3月11日に、東北地方を中心に発生した大きな地震と津波のことです。地震の規模はマグニチュード9.0で、日本で起きた地震の中でも最大級でした。

カルテ

医師が患者さんの病気や治療の内容を記録するための書類です。診断の結果やどんな薬を使ったかなどが書かれていて、医師が正しい治療を行うためにとても大切な情報です。

対象ゴール



みなさんにできること！

「お薬手帳」や「お薬手帳プラス」は使っているか、家族の人に聞いてみてください。

- おさらい
- 「お薬手帳」を持つことで、薬局や病院で今まで自分がどんな薬をもらってきたかを確認できる。
 - お薬手帳は災害時にも役立つので、もしもの際に備えて準備しておくことが大切。
 - 日本調剤のアプリ「お薬手帳プラス」なら、スマホでいつでもお薬手帳を確認・管理できる。

メモ



SDGs ラジオ