

何種類の薬を飲んでいますか？ 指示通りに飲んでいますか？薬は余っていませんか？

複数の診療科(病医院)に通院していませんか？

厚生労働省は社会保障費抑制の一環としての医療費削減策として後発医薬品の使用を推進していますが、最近、問題になっているのが飲み残しているお薬の薬剤費です。飲み残しによる薬剤費が年間500億円以上も無駄になっているとの報告があり、原因の多くは、「単なる飲み忘れ」、「薬の種類が多く、服用タイミングが異なること」、「病院ごとに違う薬局へ行く」でした。

災害時等に備えて一週間分位は常に多く持つことは良いと思います。しかし、薬には有効期限がありますので、常に前処方薬から服用して下さい。風邪等で処方された薬は飲みきって下さい。後日に、同じ様な症状の時に飲むために取っておく事は危険です。同じ様な症状でも原因が違うことがありますので注意して下さい。

### 【飲み残しを少しでも減らす方法】

#### ① 「お薬手帳」の利用

複数の病医院に通っていても、一冊の「お薬手帳」に皆さんが飲んでいる薬の名前・量・回数など調剤を受けた薬局で記載して貰い、この手帳を医師や薬剤師に見せることにより、他科(病医院)による薬の重複や副作用の防止、同じ作用の薬の種類を減らせる事にもなります。また、お薬手帳に常用している市販薬やサプリメント、健康食品を記載する事で飲み合わせをチェックする事で過剰摂取や副作用の防止が出来ますので是非お勧めします。

#### ② 「かかりつけ薬局」、「かかりつけ薬剤師」を持つこと

皆さんが飲んでいる薬などを一元管理することで、薬の余り具合や服薬状況を把握し、副作用や症状の確認をすることができるため、無駄を無くし、より安心・安全に薬を服用することが出来る上、薬や健康などの事の相談に乗ることが出来ます。

#### ③ 薬を飲むタイミング毎に、薬をまとめる「一包化調剤」

この方法は、若干費用が掛かりますが、薬の種類が多い場合や薬により飲むタイミングが幾つかに分かれている場合には服用タイミング毎に1袋にまとめられますので大変有効です。一包化調剤を希望する場合は主治医へ申し出るか、薬剤師に相談して下さい。

余った薬は、薬局に申し出て整理して貰いましょう。「お薬手帳」、「かかりつけ薬局」、「かかりつけ薬剤師」、「一包化調剤」は医療費削減の一つとしては大変有効ですので、皆さんのご理解とご協力をお願いします。

