

## 今月のテーマ

# 緊急時のお薬の備え

2011年3月11日に発生した東日本大震災から、5年を迎えます。これを機に、改めて防災意識を高めるとともに、緊急時への備えを万全にしておきたいものです。その1つとして、意外に見落とされがちな「お薬の備え」について、日頃から心がけておきたいことを紹介します。

### いつも飲んでいる薬がない!!



東日本大震災では、慢性疾患などの病気を持つ多くの人々が毎日飲んでいた薬を失いました。避難所の医療チームなどから同じ薬が入手できればいいですが、問題は自分が飲んでいる薬の名前を覚えていない場合でした。例えば、「血圧が高く、喘息もあり白の丸い薬と黄色の細長い薬を飲んでた」などのあいまいな記憶では、医療側も適切な対応が取れず、病気が悪化してしまう恐れがありました。

### このようなトラブルを回避するためには

#### 薬の情報を用意しておく

薬の情報には、『薬の名前』だけでなく、『用法・用量』（いつでもどれだけ飲むか）も必要です。

薬が増えてくると、すべてを覚えるのは難しくなってきます。

また、糖尿病治療薬のインスリンは種類が多く、単位数もそれぞれ違います。そこで、お薬手帳や薬剤情報提供書などを活用することをおすすめします。お薬手帳があると、医師・薬剤師は、どのような薬をどのくらいの期間使っているのかを確認できます。

また、アレルギーや副作用歴のある方はお薬手帳にも記載しておくといいでしょう。



