

まちのくすりやさん 第58号

今回のおはなし

「お薬手帳」

「ザ・タバコ」

「小学生の排便」



持っていますか？お薬手帳！！

活用していますか？お薬手帳！

服用しているお薬の名前をいえますか？



「お薬手帳」とは、

あなたに処方されたお薬の名前や飲む量、回数、飲み方、注意することなど（薬歴）を記載するための手帳のことです。この記録がありますと、医師・歯科医師や薬剤師がどのようなお薬をどのくらいの期間使っているかなどを判断できます。

また、他の病院や診療所などでお薬をもらうときにも、医師・歯科医師や薬剤師にこの手帳を見せることで、同じ薬が重なっていないか、また不都合な組み合わせ等についての確認も行ってもらえます。



「お薬手帳」の活用法

①病院や診療所、歯科医院、薬局に行く時、必ずお持ち下さい。

最近、診察の時、医師から「お薬手帳」を持っているか、毎回聞かれるケースが多くなってきました。現在服用している薬や、過去に副作用やアレルギー、薬の飲み合わせなど大丈夫か、お薬手帳を見ることにより、確認することができます。また、入院する時も必ずお持ち下さい。

②一般用医薬品や健康食品などを買う時、必ずお持ち下さい。

一般用医薬品でも、副作用やアレルギーなど出ることがあります。

※処方薬を確認できることにより、安心な薬を購入することができます。

※購入した医薬品や健康食品の名前や購入先も記入しておきましょう。

③旅行に出かける時、必ずお持ち下さい。

薬の名前は全国共通です。旅先で、いつも飲んでいる薬を忘れてたり、足らなくなったりしても、病院や薬局で「お薬手帳」を見ることにより、適切な指導を受けられます。

④災害時、持ち歩いて下さい。

薬剤名等を確認できるため、継続して治療を受けることができます。

急に具合が悪くなった時、役にたちます。

ご自身の既往歴や現在の症状、疑問に思われることなど、ご記入して先生にお見せ下さい。

平成24年4月から法律改正により、無料でお作りしております。ご希望の方は、かかりつけ薬局でお気軽にお申し出下さい。

ガ・タバコ

2012年度 世界禁煙デー (5月31日)

テーマ 「タバコ産業の妨害」

タバコは、主だった予防可能な死亡原因のうちの1つにあげられます。世界的規模のタバコの流行(蔓延?)により、毎年600万人近い人々が死亡しています。そのうち60万人以上は受動喫煙にさらされたものです。我々が手をこまねいていれば、2030年にはタバコによる死者は800万人に達するでしょう。そのうち80%以上は低・中所得国に住む人々となるでしょう。

(略; Yahoo!知恵袋HPより)

日本では5月31日から6月6日までの一週間を「禁煙週間」と定めています。

小学生の約4割 毎日の排便なし

毎日の排便がない小学生は約4割一。こんな結果が、大塚製薬が実施した母親に対する調査で出ました。

調査は、インターネットで6歳~12歳の子どもをもつ母親1162人を対象に実施。その結果①小学生の41.3%は毎日の排便がない②78.8%の親は自分の子どもの排便は順調だと思っている③便秘など排便状況のよくない子どもの親の62.1%が食物繊維不足を感じている④子どもに便習慣ができていないと認識している親はわずか10.2%などがわかりました。

子どもの正しい排便習慣は、とても大切です。しっかり朝食を食べて、すっきり出すことを習慣づけるようにして下さい。

(社) 浦安市薬剤師会 〒279-0004 浦安市猫実1-2-5健康センター内

Tel 047-355-6812 (月~金:10~15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス toiawase@urayaku.jp

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>

「まちのくすりやさん」に関するご意見ご要望をお寄せ下さい。お待ちしております。