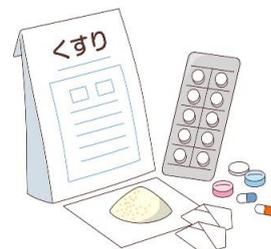


# たくさんの薬を飲んでいませんか？

重複・多剤服薬にご注意ください



## お薬は適正に服用しましょう

病気やケガを治すのに役立つ薬ですが、正しく使用しなければ薬の効果が発揮されないどころか、思わぬ副作用を引き起こす可能性があります。

とくに、高齢になるといろいろな病気を抱えるようになり、受診する病院が多くなると処方される薬も多くなる傾向にあります。同じ効能の薬が処方されていたり、多くの種類の薬が処方されていたりする場合があります。

このように、「**多くの薬の服用により身体に害をなしている状態**」を**ポリファーマシー**といいます。

重複・多剤服薬を防ぐためには、薬を処方する医師、調剤する薬剤師などの医療の専門家と情報を共有する必要があります。

おくすり手帳を**受診時に必ず持参すること**や、おくすり手帳を**一冊にまとめること**が大切です。

## 重複服薬とは…？

同じ時期に複数の医療機関にかかっている場合に、同じ効能の薬が重複して処方され、それを服薬することです。

## 多剤服薬とは…？

必要以上に多くのお薬が処方されて、服用することです。

## ポリファーマシーの問題点

### ◎副作用や薬物有害事象

同じ効能の薬を重複して飲むことで、薬の効き目が強くなりすぎたり、薬同士の飲み合わせが悪い場合、逆に身体の不調を招くことがあるため、副作用のリスクが高まります。

### ◎残薬と医療費の増加の問題

多くの薬が処方されると、用量や用法が複雑になり、特に高齢の方は「飲み忘れ」や「飲み残し」が起こりやすくなります。その結果、「使わなかった薬（残薬）」がたまるだけでなく、正しく服用できなかったことで症状が悪化し、さらに服用する薬が増えることで、医療費の増加につながるという悪循環に陥ってしまいます。



## 「おくすり手帳」を一冊にまとめて、上手に活用しましょう

「おくすり薬手帳」は、あなたが使っているお薬すべてを記録するための手帳です。

医療機関や薬局を利用する際には、必ず持っていき、医師や薬剤師に提示しましょう。

また、「おくすり手帳」は病院・薬局ごとに使い分けしないで、**一冊にまとめて継続して記録する**ようにしましょう。

一冊にまとめることにより、現在服薬中の薬があるか、どんな薬を服薬しているのか、医師や薬剤師等が把握でき、重複・多剤投与を防止、副作用の防止につながります。

「お薬手帳」を一冊にまとめたいときは、薬局に相談してください。

マイナンバーカードに保険証登録をすると、おくすり手帳(※1)として薬の飲み合わせによる副作用、残薬を医療機関・薬局でチェックしてもらえます。

※1 医療機関・薬局での薬剤や特定健診情報の閲覧は、本人の同意がある場合のみに限ります。

## かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう

普段から処方されている薬や、身体の状態を把握してもらえよう、かかりつけの病院や薬局をもっておくと安心です。