

災害に役立つお薬手帳

秋の夜長に虫の音が心地よく響く頃となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

ここ最近、日本各地で地震や大雨のニュースが続き、心が落ち着かない日もあります。これから台風季節でもあり、また、いつ巨大地震などの災害が起こるか分かりません。

そんな「もしものとき」に備える上で、食料や水と同じくらい大切なのが、毎日飲んでいる薬です。

災害が起こると、道路の寸断や停電・断水により、薬局や病院へ行けなくなる可能性があります。運よく受診できても、普段と同じ環境で診察を受けられないことや、情報不足で薬が手に入りにくくなることも想定されます。

そこでまず確認していただきたいのが「お薬手帳」です。災害時に薬を持ち出せなかった場合でも、お薬手帳があれば、どんな薬をどのくらい飲

んでいるのかを医療従事者に正確に伝えることができます。

アレルギーや副作用の記録も大切な情報です。携帯電話のお薬手帳を利用している方は、充電で



きない状況を考え、紙のお薬手帳や薬剤情報提供書も一緒に備えておく安心です。

また、可能であれば普段の薬を少し予備として管理し、外出時にはお薬

手帳と一緒に持ち歩く習慣をつけるのもいいでしょう。

さらに、薬を入れる袋に薬の名称やかかりつけ薬局の情報を書いておく

と役立ちます。
災害への備えは、何も起らない平穏なときにこそ始めるもの。非常食や飲料水と同じように「お薬の備え」も一度見直してみてくださいね。

夜風に乗って聞こえる虫の声が、皆さまの眠りをそっと涼やかに包んでくれますように。

(薬剤師 西 美香)

▼6面「脳トレ」の漢字の読み書き」の答え①ちつそ
②せいれん③深奥④汚染
▼「脳トレ」③虫食い漢字」の答え①尾②花③尾花

薬
やま

[129]

松阪地区薬剤師会