

くすりと健康のはなし

薬包紙

第144回

一般社団法人岐阜県薬剤師会
薬局機能委員会委員
大西真理



令和6年1月に発生しました能登半島地震で亡くなられた方々からのお悔やみを申し上げるとともに、被災されたすべての方々にお見舞い申し上げます。岐阜県は北陸が近く、とても身近な地方が大きな災害に遭い、とてもショックであり、一日も早い復興を願っております。

日本は、世界でも地震の多い国です。地震だけでなく、大雨・大雪・強風など最近は大きな自然災害が多く発生します。

災害が発生すると、様々なライフラインがストップします。公共交通機関や道路も大きな被害を受けるため、生活必需品、食糧、医薬品の到着まで時間が必要です。

また、他県からの援助、医薬品の供給まで72時間以上かかると言われています。その間に、持病の薬が無くなってしまうたら大変なことになりますね。

最近では防災バッグを常備してあるご家庭は多いかと思いますが、その中にご自身やご家族の薬は入っていますか。今回は非常時に自分を守るための「予備薬」の準備方法についてお話させていただきます。

持病がある人の「防災」

【持病の薬の準備】

- ① 3〜7日程度は薬がある状態を受診をする。
- ② 防災バッグに入れる予備薬として3〜7日分準備する。
(薬の情報が記載された紙・保険証のコピーもあると◎)
- ③ 前回準備した薬と新しく準備したものを交換する。

薬にも食品と同じく使用期限があります。古いものそのまま準備していても、いざという時に効き目がない場合や、薬の種類が変わっていたことに気付かないなど、不都合なこともあります。薬の予備をしっかりと準備しておくことは、災害などの非常時だけではなく、現在起きている長期の医薬品供給不足にも役立ちます。

そして、いつでも持ち出せるところに「お薬手帳」を用意してください。お薬手帳は副作用、アレルギー、今まで飲んでいた薬を知ることができ、大切なカルテのようなものです。

予備薬があれば、いざという時の安心感につながります。備えあれば愛いなしです。詳しい方法や、相談はかかりつけの薬剤師にご相談ください。