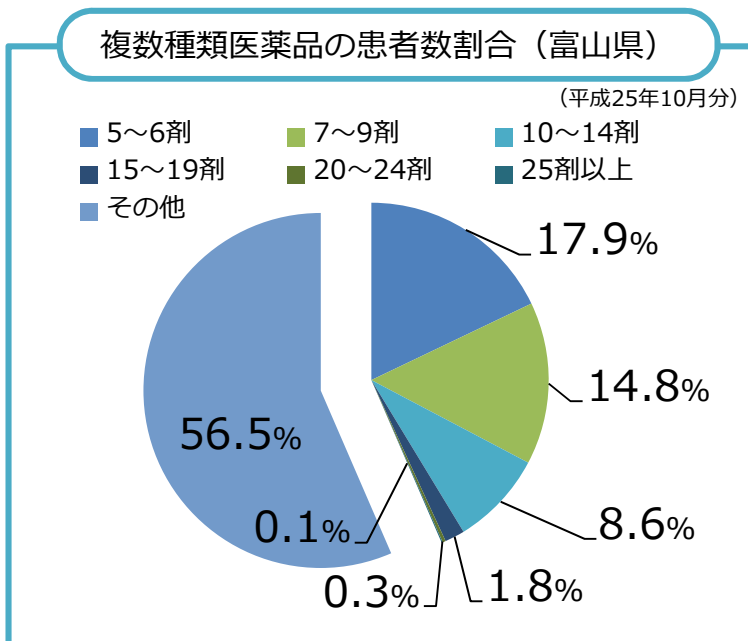


多くのお薬を服用されている方、またご家族で高齢の方

年に1度は、服用されているお薬を かかりつけ かかりつけ 医師・薬剤師に確認してもらいましょう

5種類以上処方されている方が約4割



出典：厚生労働省「医療費適正化計画：都道府県提供データ(第3版)」
第3期富山県医療費適正化計画より抜粋

43.5%の方が
5種類以上のお薬を
処方されています



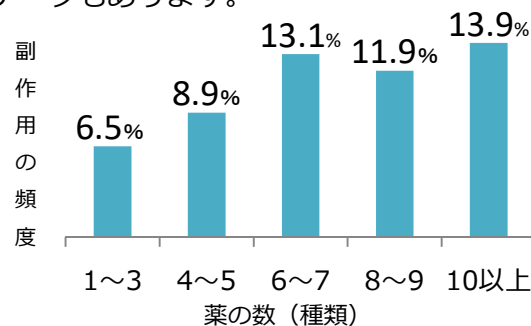
年齢が上がるほど お薬の数が増える

協会けんぽ富山支部において、加入者の1か月間に処方されたお薬の状況を、年代ごとに調べてみたところ、次のようなことがわかりました。

- 処方されるお薬の数（種類）は、年齢が上がるほど増える。
- お薬を処方されている70~74歳の方のうち、およそ2割の方が5種類以上のお薬を処方されている。

薬が増えると副作用が 起こりやすくなる

副作用（ふらつき・転倒・物忘れ等）の発生頻度は、服用するお薬の数（種類）にほぼ比例して増え、高齢者では6種類以上になると、特に副作用が発生する頻度が増えるというデータもあります。



Kojima T, Akishita M et al. Geriatr Gerontol Int. 2012

参考：一般社団法人日本老年医学会「高齢者が気を付けたい多すぎる薬と副作用」

かかりつけ医・かかりつけ薬剤師をもつ

個人の体質に合った市販薬の選択や、同じ効果の薬の重複や、複数の薬の飲み合わせなどをチェックしてもらえます。

定期的に服用しているお薬のチェックをしてもらいましょう。

おくすり手帳は一冊にまとめる

おくすり手帳を持つことで、お薬の飲み合わせや重複、お薬の量を医師・薬剤師に確認してもらうことができます。

おくすり手帳は薬局ごとに変えず、1冊にまとめることでお薬に関する情報をもらさず医師・薬剤師に伝えることができます。

お薬についての疑問は医師・薬剤師に相談する

複数の医療機関に受診されている場合、それぞれの施設では、処方薬について適切な管理がなされていますが、服用していたすべての薬をみた場合、同じ成分の薬や薬同士の飲み合わせが悪い等の問題が起こることがあります。

疑問や不安があれば、医師・薬剤師に相談しましょう。