



(有) 静岡健康企画	ことぶき薬局	TEL 0559(77)6024	FAX 0559(77)0890
	たまち薬局	054(251)1678	054(251)1685
	ひまわり薬局	053(463)4312	053(460)4612
	みかん薬局	053(584)2230	053(584)2240

## お薬手帳を持ちましょう

自分が今飲んでいる薬の名前をご存知ですか？何種類かの薬が出ている時など薬の名前はなかなか覚えられないものです。

しかし、他の病院などにかかった時に、診察の際「今お薬を飲んでいますか?」とか、「何かアレルギーが出たことがありますか?」などと聞かれる事があると思いますが薬の名前まではなかなか言えないものです。

こんな時、お薬の名前や飲む量、いつ何回服用するかなど お薬に対するアレルギー、副作用等をこのお薬手帳に記録しておくことで、皆様の服用するお薬の安全性を高めることができます。また、他の病院や診療所の処方と同じ薬が重複していたり、危険な飲み合わせ（相互作用）がある場合などを確認できます。

特に、お年寄り、糖尿病などの慢性疾患の方におすすめします。

お薬手帳をもったら、診察を受けるときや、薬局へ行ったときには毎回必ず医師、歯科医師、薬剤師にこの手帳を見せてください。そして、いつも持ち歩くようにして下さい。

静岡県では東海地震が想定されていますが、普段かかっている病院などに行けないような災害時の避難生活の際に、薬の記録があると大変便利です。

薬局では皆様のご希望で「お薬手帳」を発行しています。

興味のある方、是非ほしいという方は薬局へお申し出下さい。



## ぬり薬の使い方

湿疹やできもので皮膚科にかかって、ぬり薬が処方される。ということはほとんどの方に経験のある事でしょう。今回は出された薬の対処法やぬり薬の種類についてQ and A方式でとりあげたいと思います。

### Q1 前に湿疹でもらった薬を顔につけてもいいですか

A 顔は美容上大切なところであるだけでなく、皮膚は薄く、脂腺が発達しているなど塗り薬を選ぶにあたっていろいろ難しい点があります。

よく湿疹に使われているステロイド剤ではあまり強くないものを選ばなければなりません。

自分で判断せずに医師の診察を受けてください。そして、症状が取れたときには長く使い続けないほうが良いです。

### Q2 どのくらいの厚さに塗ればいいですか？

A 「よく擦り込む」という言葉が使われますが、擦り込む時の刺激でかゆみが増したり、症状が悪化したりする事があります。

擦り込むというよりできるだけ薄く延ばすように使ってください。

### Q3 軟膏とクリームどう違うの？

A 軟膏とクリームの違いは基剤の違いによります。基剤とは薬の成分を保って吸収を良くしたり、使用感をよくする為の土台です。

冬で皮膚が乾燥傾向にあるときには軟膏基剤を用い、夏には軟膏基剤ではベタベタ感があり、また皮膚との間に汗を封じ込め蒸れてしまうこともあるのでクリームあるいはローションタイプを使う事が多いです。

実際これは一応目安なので、それぞれの状態を選んでください。また、一般的に刺激性は軟膏タイプが最も少ないです。

### Q4 オムツかぶれ どうしたらいい？

A オムツかぶれは、ウンチやおシッコによって汚れたオムツを長くつけたままにしている事が原因です。オムツ替えの時に陰股部を絞った柔らかいタオルでぬぐってから軟膏を薄く塗布しましょう。オムツかぶれの場合、オムツをつける前にちょっと待って皮膚を乾燥させると塗り薬と同じくらい効果的です。

全国の医療機関から発行された処方箋の保険調剤をいたします。

お薬ことなら何でもご相談ください。