



# ちょっと

# いいかい(医~介) VOL.28

高齢者の方と介護なさる方へ

薬を正しく使用していただくために、薬の飲み方とお薬管理



どんなに最適なお薬が処方されていたとしても、正しく飲めなければ十分な効果を発揮することは出来ません。むしろ害になってしまうこともあります。薬局では正しい服薬のためのお手伝いを行っていますので、ぜひご活用ください。

## <薬の飲み方>

コップ1杯の水かぬるま湯で飲んでください。飲みにくいときは、トロミを付けると誤嚥しにくくなります。

また、水に溶けやすく加工された薬もあります。飲み込みにくい薬がある時は、薬局で相談してください。変更できることがあります。



寝たきり高齢者に薬を飲ませる時は、誤嚥性肺炎\*を防止するため、無理のない範囲で上半身を起こした状態で飲みましょう。

★誤嚥性肺炎：誤嚥した食べ物と一緒に口腔内の雑菌が肺に入って炎症が起きます  
日本人の死亡原因 TOP10 に入ります。



『高齢者の方と介護なさる方へ「くすり」を正しく使用していただくために』一般社団法人くすりの適正使用協議会より引用

### 1. 一包化



### 2. 服薬カレンダー



### 3. お薬ケース



## <薬の管理>

もらった薬の量や種類が多すぎて大変なときは、薬剤師に相談しましょう。一包化とお薬カレンダーやケースを活用することで、服薬の把握が容易になり、飲み忘れや飲み間違いの防止につながります。お薬カレンダーやケースにお薬をセットすることが難しい時は、薬剤師の訪問を利用すると便利です。

また、介護者がいる時と服薬時間を合わせられるよう相談することも出来ます。

「薬」について心配な事は、  
かかりつけの薬剤師まで  
※もっと興味のある方はコチラ



### <お薬手帳を持ちましょう>

お薬手帳は、あなたの使用している「薬」やアレルギーの有無、副作用歴が書かれた大切な手帳ですので、常に携帯しておきましょう。

スマートフォンで管理されている方もいらっしゃいますが、本人に不測の事態が起きたときにロックが解除できないことがありますので、紙ベースの手帳も利用して下さい。

### <かかりつけ薬剤師・薬局をもちましょう>

かかりつけ薬剤師をもつことで、今までの健康状態や使用薬を把握した、その人に合った説明を受けることができます。思った薬剤師が見つからない時でも、重複を防ぐため、薬局は一つに絞りましょう。

<かかりつけ薬剤師の動画> <https://www.nichiyaku.or.jp/about/care/movie.html>

### <家族や介護者の協力>

残薬や飲み間違いに気付くのは、ご家族や介護者が多いです。そんな時は、薬局で相談しましょう。薬剤師を通じて医師と相談することで、適切な量に調整することができます。

#### 高齢者の服薬3か条

##### ①かかりつけ薬剤師・薬局をもちましょう

処方せんを同じ薬局に持参することで、日々の健康状態や使用薬を把握した、自分だけの薬剤師をもつことができます。

##### ②「おくすり手帳」は、1人1冊を常に携帯しましょう

「おくすり手帳」は「くすり」の重複を防ぎ、飲み合わせを調べるのに必要です。常に携帯することで、外出時の急変や不慮の事故に遭遇した場合でも、迅速に救急医療を受けることができます。

##### ③飲みにくい「くすり」があるときは、薬剤師に相談しましょう

薬剤師が「くすり」を適切な形に変更する、数種類の「くすり」を一袋にまとめるなど、「くすり」を飲みやすくするための工夫を行います。

#### 介護者の服薬3か条

##### ①「くすり」を使用した後の体調変化に気をつけましょう

高齢者は身体機能が低下しているため、効果や副作用が強くなって出ることがあります。日々の変化とともに、服薬後の体調変化にも気を配る必要があります。

##### ②「くすり」を飲み込むまで、しっかり見守りましょう

嚥下（えんげ）機能や認知機能の低下した高齢者では、「くすり」をしっかり飲み込めるかの確認が必要となります。

やさしく声を掛けながら見守ることが大切です。

##### ③「くすり」の管理・整理で困ったら薬剤師を頼りましょう

薬を指示通り飲めないときは、薬剤師に相談することで、処方内容の見直しや残薬整理をすることができます。