

# 薬との上手なつきあいかた

ポリファーマシーとは、「複数」を意味する「poly」と「調剤(薬局)」を意味する「pharmacy」からなる造語です。単に服用する薬の数が多いことではなく、多くの薬を服用しているために副作用を起こしたり、きちんと薬を飲めなくなったりしている状態をいいます。

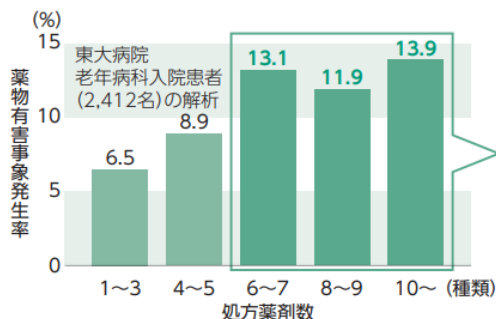


## 服薬中の薬と上手につきあうには

- かかりつけ医とかかりつけ薬局をもって、服薬中の薬を把握してもらいましょう
- 医療機関へ行く際は必ず「おくすり手帳」を持参しましょう(アプリでもOK)
- 自己都合で複数の医療機関にかかる「はしご受診」を控えましょう
- 薬が余っているときやサプリメントを使っている場合は、医師や薬剤師に伝えましょう



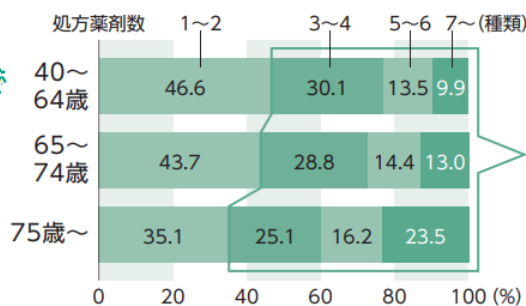
### 薬が増えると有害事象が増える



6種類以上で有害事象が起こりやすくなります!

参考: Kojima T, et al: Geriatr Gerontol Int 2012; 12:761-2

### 歳とともに薬が増える(院外処方)



40~64歳でも半数以上が3種類以上の薬を処方されています!

参考: 令和5年社会医療診療行為別統計の概況(厚生労働省)

## マイナ保険証をカードリーダーにかざし、診療・服薬・健診情報の利用に同意してください

マイナ保険証を利用して診療・お薬・健診の情報提供に同意すると正確な情報を元に医師や薬剤師から、質の高い医療を受けることができます。また、ご自身でも医療機関での受診履歴や投与されたお薬の情報などを確認することができます。ぜひ、ご自身に処方されたお薬を確認してみましょう。



サポートしたい。笑顔が続く未来のために。

中部電力健康保険組合

<https://www.chudenkenpo.or.jp/>