

くすりばこ



薬剤部 主任
新島 亜梨沙

106.薬の管理出来ていますか？

昨今、“ポリファーマシー”という言葉が話題になっているのはご存じでしょうか？多くの薬を服用しているために副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなかったりする状態をいいます。高齢者では使っている薬が6種類以上になると、副作用を起こす人が増えるというデータもあります。ここで大切なことは薬が多いからといって必ず減らすべきということではありません。薬の種類によっては急にやめると病状が悪化したり、思わぬ副作用が出たりすることがあります。ご自身で“ポリファーマシー”と思われたとしても自己判断で薬をやめたりせず、必ず医師や薬剤師に相談しましょう。複数の医療機関を受診されている方は、おくすり手帳を出来るだけ1つにまとめて医師や薬剤師に見せることで、同じような種類の薬を減らせることもあります。

今回は薬の数が多くて管理に困っている方のために、役に立つ情報をお話しようと思います。

まず、“一包化”はよく知られている方法だと思います。錠剤やカプセルを包装から取り出した状態で服用時期が同じ薬をまとめて1つの袋に入れることです。(写真1)

これにより薬の数が多くても、指や爪を痛めることなく薬を取り出すことができます。

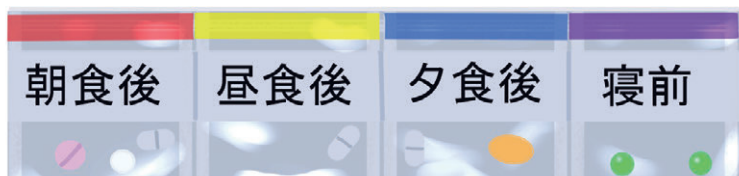


写真1:一包化

ただ、どうしても薬の性質上、湿気に弱い、調節する必要のある薬などは一包化に入れることはできません。そこで活躍するのが、“薬取り出し器”と呼ばれるものです。こちらはホッチキスのような形で薬の包装シートを挟むようにすると錠剤でもカプセルでも少しの力で押し出すことが可能です。(写真2)

関節リウマチやしびれなどで指先が動かしにくい方は、電動のレターオープナーを使って一包化の封を開けることも検討してみてください。



写真2:薬取り出し器

「資料提供:大同化工株式会社『トリダス』」

次に、飲み忘れ防止のために工夫できることをお話します。よく使用されているものとして、おくすりカレンダーやピルケースが挙げられます。(写真3・4)

こちらはあらかじめ服用時期ごとにセットしておくことで、空になっていれば服用したことが確認できます。



写真3: おくすりカレンダー



写真4: ピルケース

そもそも薬を飲むこと自体を忘れてしまいがち…という方には、画期的な機械があります！“服薬支援ロボット”と呼ばれる機械です。(写真5)

あらかじめセットされた薬が、設定した時間になるとアラームが鳴り、「お薬をおとりください！(一例)」という音声とともに押し出されます。メーカーによって細かい仕様は異なりますが、薬が取り出されない場合には再度アラームが鳴るように設定でき、一定時間取り出されない場合には自動的に戻る仕組みにもなっています。

写真5: 服薬支援ロボット例



「左: 資料提供: ケアロボット株式会社『服薬支援ロボ』」

「右: 資料提供: 株式会社メディカルスイッチ『FUKU助』」

患者さんと同居しておらず見守ることが難しいご家族や訪問看護師、ケアマネージャーなどの複数人で服薬情報を共有することもできるため、服用していない場合にはその情報が届き、本人と連絡をとることで飲み忘れを防ぐことができます。

このようにさまざまな道具を使うことで薬の管理をスムーズにすることが可能です。ぜひかかりつけ薬局に相談してみてください。

薬がどうして余ってしまうのか、飲み忘れてしまうのか、これを機会に薬剤師と一緒に考えてみるのも良いかもしれませんね。

当院に入院される方は“持参薬チェック”と題して、普段から使っている薬を持ってきてもらうことで薬同士の飲み合わせだけでなく、健康食品やサプリメントの使用状況についてもあわせて確認しています。病棟ごとに担当の薬剤師がいますので、困っていることがありましたら遠慮せず話してみてください。