



わが街健康プロジェクト。

～心かよう地域医療～
love our community

にじいろ便り

Vol.8

-夏号-

2022年6月発行

災害時に備えて『お薬の防災』を心がけましょう

トマト薬局岡山エリア責任者 石元秀和

平成30年7月豪雨から4年の月日が経ちました。一方、近年は毎年のごとく大規模な自然災害が全国各地で発生しており、これからもいざという時のための防災意識が大切です。

4年前、実際に私が真備地区の避難所で支援にあたった際には、医薬品を紛失された方からの相談が多数ありましたが、かかりつけの病院や薬局も被災してしまい、何の薬を飲んでいたかが全く分からないといった事例が多くありました。そこでお薬の防災として、日頃から以下の行動を心がけてみましょう。

お薬手帳を携帯する

薬局や医療機関で発行されるお薬手帳。一般的にお薬手帳を活用することで、お薬の飲み合わせの確認や重複服用の予防に役立ちますが、緊急時には自身の服用しているお薬を知ってもらうための最善の方法となります。4年前もご提示いただいた方にはスムーズな支援が可能でした。一方、急いで避難する際にうっかり忘れてしまったという方も多くおられました。そのため、大切にタンスで保管するのではなく、日ごろからよく使うバッグなどに入れて携帯しておくことを心がけましょう。

スマートフォン（携帯電話）を活用する

最近では「電子お薬手帳」というアプリを活用される方も増えています。薬局や医療機関でQRコードを発行してもらい、それを読み込むことでお薬の内容をスマートフォンに記録することができます。

(詳しくはかかりつけの医療機関や薬局でご相談ください) もしアプリの活用が難しい方は、お薬の内容がわかるもの(お薬の説明書など)を写真で撮っておくとよいでしょう。4年前もスマートフォンや携帯電話は多くの方が所持して避難されており、災害時には心強いツールだと感じました。

家族等と情報共有をする

場合によっては避難中にお薬手帳やスマートフォンを紛失されるなど、上記のいずれの方法も難しい場合があるかもしれません。そこで家族や近い方にお薬の内容を伝えておくことも一つの手段です。例えば上記で撮った写真の画像を共有しておくこともよいでしょう。



『わが街健康プロジェクト。』公式HP

<https://www.wagapro.net/>

講演会情報や過去のラジオ音源などを随時更新!

※2021年10月のラジオからYouTubeで音源を公開しています。



love our community -わが街のわ-

毎月第3水曜日 17:30~
FMくらしき82.8MHzで
放送中!



共催医療機関

※50音順で掲載しています

AOI倉敷病院 川崎医科大学附属病院 倉敷記念病院 倉敷市立市民病院 倉敷スイートホスピタル 倉敷成人病センター 倉敷第一病院 倉敷中央病院
倉敷中央病院リバーサイド 倉敷平成病院 倉敷リハビリテーション病院 グリーン在宅クリニック 児島聖康病院 児島中央病院 重井医学研究所附属病院
しげい病院 玉島中央病院 チクバ外科・胃腸科・肛門科病院 茶屋町在宅診療所 つばさクリニック 藤戸クリニック 松田病院 水島協同病院
水島第一病院 水島中央病院

編集・発行 わが街健康プロジェクト。

後援：倉敷市 倉敷商工会議所 2022年度 高梁川流域連携中核都市圏事業

