

チームこほく

令和2年9月

5

号

薬剤科

災害時に困らないために・・・

～災害時にあなたの命を守るのはお薬手帳です～

地震や大雨など毎年各地で災害が起きています。

災害時は、普段飲んでいる大事な薬を失うかもしれません。

さらに、普段通っている医療機関や薬局も被災して、

あなたのカルテや薬の情報がなくなる可能性もあります。



そんなとき役に立つのが**お薬手帳**です

お薬手帳は災害時にカルテの代わりになります

被災地では、**お薬手帳**を持っていた方には適切な薬をスムーズに処方できたという事例がたくさん報告されています。

そのために大事なこと

- ①お薬手帳は1冊にまとめる（飲んでいる薬が全部わかるようにしましょう）
- ②常に持ち歩く（家にいるときに被災するとは限りません）
- ③アレルギーや病歴など自分の情報を記載しておく

もう一歩進んでやってみましょう

- ①お薬手帳の内容を携帯電話で写真をとって保管する
- ②遠方に住んでいる家族や親せきにお薬の情報を写真やFAXで送り、情報を共有する
- ③いつも飲んでいる薬を2～3日分備蓄（災害リュックに入れる、持ち歩く）しておき、薬をもらうたびに入れ替える

