しんまちだよりネットワーク版

オレンジサロン(認知症家族介護者教室・懇談会）報告

認知症の家族を介護されている方や、認知症に関心のある方たちの交流の場として、5月27日に今年度１回目のオレンジサロンが開催され、薬剤師さんからの講話がありました。

府中市薬剤師会　NUX薬局　有輪薬剤師のミニ講話
テーマは「薬について～困りごとや心配は相談してみよう～」

有輪薬剤師

薬剤師からは薬（クスリ）のまちがった使い方は**リスク**になるため、薬の基本を知っておくことが大切とのお話がありました。講話の一部を紹介します。

Q:薬によって、飲むタイミングや回数が違うのはなぜ？

Ａ：胃の内容物によって薬の吸収が変化したり、空腹時に飲むと胃に負担がかかることがある。飲む回数は効果が最もあるように決められいる。そのため“飲み忘れたから２回分飲む”“調子がいいから飛ばす”はダメ！

Q:飲み合わせって何？

Ａ：一緒に飲んではいけない薬の組み合わせや食べ物があること。飲み合わせが悪いと、効き目が強く出たり、反対に弱くなったりする。副作用が出る場合もある。

Q:「薬がたくさん残っている。」「服薬管理が大変。」「複数の病院から薬が出されている。」などで困ってる。」などで困っている場合はどうすればいいか？

Ａ：薬局の薬剤師に相談してみるとよい。その方に応じた対応策を一緒に考えてもらえる。

Q:薬を飲み忘れてしまった場合にはどうしたらよいか？

Ａ：薬によって対応が異なるため、調剤してもらった薬局で対応を確認してみるとよい。

Q:飲み忘れた薬がたくさん自宅に溜まってしまったら、どうればよいか？

Ａ：かかりつけ薬局や調剤してもらった薬局に持参すれば、相談に乗ってもらえる。その際、府中市薬剤師会で作成しているブラウンバックを利用してもよい。ブラウンバックの在庫は包括にある。複数の病院にかかっている時も、かかりつけ薬局があると、薬の一元管理をしてもらえるので安心。

Q:症状が変わらないので、服薬を中止してもよいか？

Ａ：症状が改善してなくても、服薬していることで症状の進行を遅らせていることもあるため、自己判断で服薬を中止することは望ましくない。

Q:服薬管理のポイントは？

Ａ：①生活スタイルに合わせる ②薬を飲みやすくする（例：一包化する、薬の形を変える、補助具を利用する）③薬と食事をまぜない（食事を食べなくなってしまうこともあるため）④服薬できているか確認する（例：空包をカレンダーに戻す。専用ごみ箱に入れる）

Q:記憶力などの認知機能に支障がある場合の支援は？

Ａ：①薬を一包化する ②薬袋に日付・曜日を印字する ③薬袋を色で識別しやすくする ④ウィークリーカレンダーを設置 ⑤処方のシンプル化を医師へ相談 ⑥日めくりカレンダー作成 ⑦毎日手渡し（支援者の中で調整）

いろいろな服薬支援があるが、本人の状態や環境によって、適切な方法は違ってくる。本人・家族だけでなく、薬剤師やケアマネ、ヘルパーなど専門職との協力、連携も必要！

次回のオレンジサロンは7/22（土）14:00から、会場は新町文化センター会議室で実施予定です。ミニ講話のテーマは「認知症とうつ」で、講師はよりそいクリニックの青柳医師。“認知症の情報が知りたい”“同じ立場の人と話したい”方は、ぜひご参加ください。申し込み窓口は包括しんまちです。

地域包括支援センターしんまち　TEL042-340-5060　FAX042-340-5622
e-mail : sinmachi-kg@t-kenseikai.jp　認知症地域支援推進員　山口
ネットワーク担当　野中

2023年 7 月 1 日発行