

「電子お薬手帳」を上手に活用

処方された薬の名前や副作用などの情報を記載する「お薬手帳」。「持ってはいるけれど、医療機関や薬局に行くとき家に置き忘れてしまって」という声をよく耳にします。こうした心配がないのが「電子お薬手帳」です。

スマートフォンのアプリで薬の情報を管理

電子お薬手帳とは、従来のような紙のお薬手帳ではなく、スマートフォンのアプリでお薬に関する情報を管理するものです。スマートフォンは常に持ち歩くので、紙のお薬手帳のように「家に置き忘れてきた」ということがありません。

旅行や災害などの際にもスマートフォンは携帯するでしょうから、旅先でも緊急避難先でも、アプリを開きさえすれば、お薬に関する情報を、医師や薬剤師などにいつでも提示できます。これが電子お薬手帳の最大のメリットといえるでしょう。

紙のお薬手帳は1人1冊が基本です。したがって4人家族であればお薬手帳が4冊になります。また、紙だと記載できる情報量にも限りがあります。しかし電子お薬手帳なら、複数の人の情報を一つのアプリで管理したり、長期にわたって多くの情報を蓄積することが可能です。家族の薬の情報を自分のスマートフォンのアプリで管理し、いつでもその情報を見ることが出来ます。

服用時間を知らせる機能つきアプリも

電子お薬手帳のアプリはたくさんあります。薬を飲む時間をアラームで教えてくれたり、薬の処方日をカレンダーでチェックできたりする機能がついているアプリもあります。また、医療機関で出された処方せんをスマートフォンで撮影し、その画像を、薬を受け取る薬局に送信すると、薬局で薬を用意し、準備ができたなら薬局からスマートフォンに知らせが来るという機能があり、薬局での待ち時間が短くて済むアプリもあります。他にも電子お薬手帳には検索の機能がついていて、自分のお薬手帳の中から気になるお薬をタップすれば、お薬の効果や副作用などの詳細を見ることが出来るものもあります。

紙のお薬手帳の場合、処方された薬の情報は、シールを貼ったり、手で書き記して残します。それに対し、電子お薬手帳では、薬局が発行するQRコードを読み取ったり、データが自動で取り込まれたり、あるいは手で入力したりすることもできます。

電子お薬手帳に対応できない薬局もあります

電子お薬手帳は徐々に普及しつつありますが、まだ全国の薬局で対応できるまでには至っていません。かかりつけの薬局が対応しているか確認するとよいでしょう。対応している場合は、どのアプリをダウンロードすればよいかたずねましょう。

紙のお薬手帳であれ、電子お薬手帳であれ、自分が飲んでいる薬について正しい飲み方や薬の効果などを知り、自分の健康管理に役立てることが大切です。電子お薬手帳についてわからないことがあるときは、薬剤師に気軽に相談ください。



イラストレーション：堺 直子

ヘルスケア・プロショップの健康情報紙『Life』は毎月薬局でお配りしています。【無料】