

高齢者が気を付けたい 薬との付き合い方

高齢になると処方される薬が増え、
副作用が起こりやすくなるので注意が必要です。

めざせ！健康寿命日本一！

奈良
養生訓 vol.150



薬が増えると副作用が起こりやすくなります

- 高年齢者では、処方される薬が**6つ以上**になると、副作用を起こす人が増えることがわかっています。
- 高年齢者に多い副作用は、**ふらつき・転倒、物忘れ**です。その他にも、うつ、せん妄もう（頭が混乱したり、ボーっとしたりする症状）、食欲低下、便秘、排尿障害などが起こりやすくなります。



薬との付き合い方

自己判断で薬の使用を中断しない

「多すぎる薬は減らす」ことが大事ですが、「薬を使わなくていい」ということではありません。**絶対に自己判断による中断はやめてください。**



使っている薬は必ず伝えましょう

複数の医療機関を受診している場合は、薬が重複したり増え過ぎないように、医師・歯科医師・薬剤師に使っている薬（サプリメントなどの市販薬も含めて）を正確に伝えましょう。
お薬手帳は1冊にまとめて、自分の病気と薬を全て把握してもらいましょう。

お薬手帳は、
あなたと
医師・薬剤師を
つなぎます



医療機関や薬局へは、
保険証、診察券と一緒に
お薬手帳もお忘れなく!!



詳しくはこちら

