

薬だつ知識

99

地震や豪雨などの災害は、いつどこで起こるか分かりません。停電や断水、避難生活が長引くと、持病の薬が切れたり、薬の管理が難しくなったりすることがあります。日頃から薬の備えを整えておくことが大切です。

まず備えておきたいのが「お薬手帳」です。服薬内容やアレルギー情報が記録されていれば、避難先でも適切な治療につながります。紙の手帳だけでなく、スマートフォンの電子版も便利です。常に最新版を携帯し、家族分もまとめて保管しておきましょう。慢性疾患のある方は1週間分の予備

災害時の薬守り



薬を確保しておくことと安心です。解熱鎮痛薬や整腸剤、目薬、ばんそうこうも非常袋に入れましょう。薬は高温多湿を避け、説明書と一緒に保管します。かかりつけ薬局や医療機関の連絡先も紙に控えておくといいいでしょう。

「いつも通り」の備えを

薬の管理には、服薬時間や用量のメモやタイマーも役立ちます。特に高齢者や子どもがいる家庭では、誰がどの薬を飲んでいるかを家族で共有しておくことと安心です。薬の形状や色、飲み方を写真に残すのもおすすめです。

避難所では、医師や薬剤師が巡回する場合があります。薬の名前や服用理由、アレルギーの有無を伝えると、より安全に薬を受け取ることができま

す。普段から自分の薬について説明できることを意識しておきましょう。

災害時、薬剤師は避難所や医療救護所で医薬品の確保・供給や服薬支援を行い、地域医療を支えています。薬局では、防災に関する相談や備蓄の助言も受けられます。ぜひ薬局で災害への備えについて考えてみませんか。

薬の正しい知識と備えがあれば、非常時にも落ち着いて行動できます。身近な薬剤師を、防災と健康のパートナーとして活用してください。(鹿児島県薬剤師会常務理事 岸本真)

令和8年2月3日(火)
99.災害時の薬守り