

お薬手帳の上手な使い方

～「お薬手帳」はあなたのお薬連絡帳～

名前：◎◎◎◎◎
アレルギー：×××
副作用歴：・・・
かかりつけ：◇病院

薬の記録

○月○日 ◇病院
△△△
1日2回 ◎日分
□□□
高熱時 ●回分

【自分メモ】

熱38.0℃せき・鼻水
高熱時の薬が○錠残った。

薬の記録

○月○日
頭がズキズキ痛む。

◎◎ドラッグストアで
頭痛薬◇◇を買って飲んだ。
薬は効いたけれど、
すこし胃が痛くなった。
次からは胃にやさしい薬が
あるか聞いてみる。

体調や薬のメモ

どんなときに

「どんなときに」とは・・・
あとから見たときに、どんなときの
薬なのか自分でも思い出せるよう、
症状や病名などを記録しましょう。
また、残った薬があればメモして
おきましょう。

「体調や薬のメモ」とは・・・
・服用後の様子
・のみごち
・薬についてわからないことや気になったこと
・医師・薬剤師などに相談したいこと
などを忘れないために自分でメモしましょう。
また、ドラッグストアなどで購入した薬を
飲んだときも手帳に記録しましょう。

入院のときも



もしものときも



おみせで薬を 買うときも

