

地域包括支援センター長森だより

いつまでも住み慣れたこの街で…

～こんにちは、あなたの街の地域包括支援センターです～



高齢者のお薬の話

高齢になると、複数の病気を持つ人が増えてきます。病気の数が増え、受診する医療機関が複数になることも薬が増える原因となります。気になる症状があっても、勝手に薬をやめたり、減らしたりするのはよくありません。必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

<厚労省HP「あなたのくすりいくつ飲んでますか」参照>



< 薬の量がだんだん増えると… >

- ・ 「どれが何の薬だったかな」
- ・ 「どれをいつ飲むか分からんなあ」
- ・ 「余っているのに、また同じものをもらってしまった」
- ・ 「あれ？飲んだかどうか分からない」

薬の管理と工夫



- ・ 日常的な診療や健康管理をおこなってくれる「かかりつけ医」を持ちましょう。
- ・ 薬を調剤してもらう薬局を1つにし、かかりつけ薬局を持ちましょう。
- ・ 手もとに薬が残っていたら、かかりつけ薬局に相談しましょう。
- ・ 1度に飲む薬をお薬カレンダーなどで管理し、飲み忘れや飲み残しがないようにしましょう。
- ・ お薬手帳を1つにまとめて医師や薬剤師に見せ、薬の重複や飲み合わせなどをチェックしてもらいましょう。

<岐阜県後期高齢者医療広域連合HP「適正受診・適正服薬」参照>

お薬手帳が複数あると……

同時期に複数の医療機関を受診されている場合、飲んでいる薬のチェックが難しくなり、薬の危険な飲み合わせや、同じ薬を二重に処方してしまう恐れがあります。

服用薬剤数が多くなると、特に高齢者の場合、ふらつきや認知機能の低下等と副作用が起りやすいリスクがあります。

<老年医学会HP 高齢者が気をつけたい多すぎる薬と副作用 参照 >

街角スナップ

地域活動紹介コーナー



長森東地区

樹木ふれあいサロン



9月28日(土) 樹木ふれあいサロンに参加させていただきました。毎月1回 10時から水海道公民館にて開催されています。今回は、クラフト紐を使ってかご作りをしました。包括支援センターは介護予防などの話をしています。次回は12月14日(土)です。ぜひご参加ください。

認知症カフェ



認知症カフェは認知症の方やその家族、認知症に興味がある方なら誰でも参加できる地域の集いの場です。皆さまのご参加、お待ちしております。

次回開催日 12月14日(土) 10時~11時30分 ハイツ長森 1階集会所 参加費100円

認知症サポーター養成講座を開催しています。

認知症についての知識や支援について学びたい方に講座を開催しています。学校や企業等の団体向けも行っています。ご興味のある方は下記までご連絡ください。

岐阜市地域包括支援センター長森

☎058-245-2855 〒500-8127 岐阜市塩町2丁目32

訪問・来所・電話などによる相談の受付

月曜日~土曜日(祝日・年末年始を除く)

開所時間 午前9時~午後5時

※ 開所時間外の緊急時の相談は転送電話で対応します。

ご相談に来られる方へ

予めご連絡いただけますと、お待たせすることなくご相談いただけます。また、要介護認定の申請を希望される方は、できるだけ医療保険の被保険者証をご持参ください。ご協力をお願いします。

交通のご案内

岐阜バス 東興町 下車徒歩10分

長森ふれあいバス 地域包括支援センター長森 下車徒歩1分

ホームページ <http://www.gifuroujin.or.jp/chikihoukatsu>

