あいさいさんの 健康まめ知識

内服薬とのつき合い方

高齢化の進展などにより、医療費や薬代は増加傾向にあります。医療費が増えると、皆さんの家計が圧迫されるだけでなく、医療保険の収支のバランスがとれなくなり保険者の財政状況の悪化にもつながります。医療費を節約するためにも薬との付き合い方を見直し、医療費の節約に努めましょう。

＼医療費を節約するために／

1.重複処方・多剤服薬に注意しましょう

重複処方とは、複数の医療機関にかかっている場合に、同じ効能の薬が重複して処方されていることです。

多剤服薬とは、多くの種類のお薬が処方され、服薬することです。薬の種類が増えるほど副作用の危険性「ポリファーマシー」が高くなると言われています。

重複処方やポリファーマシーを防ぐため、「お薬手帳」の活用、かかりつけ薬局で薬の重複や飲み合わせをチェックしてもらいましょう。

お薬手帳の活用方法

・必ず1人1冊にまとめましょう。
・災害や旅行時の急変等、いざという時に携帯していると安心です。

2.ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品は、新薬の特許期間を過ぎたあと新薬と同じ有効成分で製造した薬のことで、開発費が抑えられているため、新薬より安価な薬です。また、飲みやすさや、吸収しやすく改良されているものもあります。

3.リフィル処方箋を活用しましょう

リフィル処方箋とは、慢性疾患など症状が安定している患者について医師が認めた場合、医療機関を受診することなく最大3回まで同じ薬を処方してもらうことのできる処方箋です。

患者にとっては医療機関に受診する回数が少なくなるため、通院負担を軽減でき医療費削減につながるというメリットがあります。リフィル処方箋を希望される場合は、かかりつけ医へご相談ください。なお、投薬量に制限のある医薬品や湿布などリフィル処方箋の対象外となる薬もあります。

医療機関等を受診の際は「マイナンバーカード」をご利用ください

マイナンバーカードを健康保険証として利用することで、様々なメリットがあります。

詳しくはこちら↓
厚生労働省ホームページ

＼「マイナンバーカードの健康保険証利用」の4つのメリット／

- ①データに基づき、よりよい医療が受けられる!
- ②高額療養費等の限度額以上の支払いが不要に!
- ③マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単!
- ④医療現場で働く人の負担を軽減できる!

問 保険年金課　☎(55)7119