

健康一口メモ

仙台市医師会
広報委員
長野 正裕

巷には健康に関する情報があふれかえっております。コレステロールは下げた方がよい・下げ過ぎはダメだ。1日3食キチンと食べる・1日1食でよい。炭水化物は摂る・摂らない…。もう何が何だか分からない状況です。今回は、医者皆が「そうだよな」と頷いてくれる内容をお話します。

まず、「かかりつけ薬局を持ちましょう」です。薬局にいる薬剤師の先生方は、「薬のプロ」です。膨大な種類のお薬の詳細を知っておられます。副作用はもちろんのこと、薬と薬の飲み合わせ、相互作用、禁忌（内服してはいけない方たち）、さらに食物との相性（ワーファリンと納豆、ある種類の降圧剤とグレープフルーツ）など、すべてを知り尽くしておられます。特に内科・整形・眼科等、と多科にかかっている患者さんは、かかりつけ医とともに、ぜひ相性のよい、いつも使いのかかりつけ薬局を持つて、何でも相談してください。丁寧に教えてくれるはずですよ。次に「お薬手帳の重要性」です。

賢い患者さんになるために



かかりつけ薬局を持ちましょう

「長野内科胃腸科」
仙台市青葉区通町

お薬手帳は「皆さまが持ち歩けるカルテ」と言っても過言ではありません。医療関係者は、手帳に書かれてある処方内容を見れば、その患者さんの病名・病状・様子がほぼ分かります。それほど情報が詰まっているんです。東日本大震災の際に、持っている薬、診察券すべて流されたが、「お薬手帳が手元にあつたために避難所でお薬をもらえて助かった」という話をよく聞きました。保険証と一緒に「お薬手帳を大事に保管しておいてください。」これを読まれた皆さまは、「賢い患者さん」として、元気に(?)お薬手帳を持って、病院へ通ってください。確かにいろいろなタイプの医者がいいます。ご批判も文句もあるでしょう。しかし、ここは「賢い患者さん」になって病院へかかってみてください。 「おつ、これは優秀な患者さんが来た」と医者に思われたら、こつちのもんです(笑)。賢く病院へかかってください。

3か月からはじめる ビジネススキルアップ 東北初のビジネススクール

1科目(3ヶ月)から学べる
7月期単科生募集中!

※奨学金があります(東北6県の在住者)

無料体験クラスにご参加ください。

6/28(日) 11:00~13:00

※個別ガイダンスも随時承っております。
無料体験クラスの参加が難しい方はご利用ください。

※科目は、論理的思考力を鍛える「クリティカル・シンキング」



セミナー参加申込受付中!

(社会人であればどなたでもご参加頂けます)

経営入門セミナー

クリティカル・シンキング入門

~ビジネスに活かせる“論理思考力”とは?~

6/20(土) 14:00~16:00

セミナー参加費: 2,000円

※グロービスでの受講経験がない方が対象です。

経営入門セミナー

今日から使える! 数学力入門

~愛の値段はいくらですか?~

6/26(金) 19:00~21:15

セミナー参加費

新規の方: 2,000円 受講経験のある方: 1,000円



グロービス経営大学院
講師
金澤 英明



グロービス経営大学院
講師
鈴木 健一

セミナーのお申込みはお電話・もしくはWEBサイトより承ります

グロービス経営大学院 仙台校

文部科学省認可

無料体験クラス・各種セミナーのお申込みおよび
資料請求は、お電話・もしくはWEBサイトより承ります

0120-188-831

グロービス経営大学院 仙台校

検索

