

薬の飲み忘れがあった場合の対処法

「あっ、忘れてた!」「でも、どうしたらいいんだろう?」
薬の飲み忘れは、誰でも、いつでも起こりうることでございます。でも、実際飲み忘れた時の正しい対処については意外とわかっていない場合が多いのではないのでしょうか。

多種多様な薬があるなかで、その薬ごとに飲み忘れた時にどうしたらよいのかを理解しておくことはとても大切なことです。



1. 基本的（一般的）な薬を飲み忘れた時の対処法

薬を飲み忘れたことを気づいた時点で、

- ・1日3回服用の場合・・・次回服用まで4時間以上あればすぐに服用する
- ・1日2回服用の場合・・・次回服用まで6～8時間以上あればすぐに服用する
- ・1日1回服用の場合・・・次回服用まで8～12時間以上あればすぐに服用する

これ以外の場合は1回分をとばし、薬を服用しないでください。また、絶対にしてはいけませんが、一度に2回分服用することです。時々、「薬を飲んだかどうか忘れた!」ということもありますが、その場合も服用しないでください。万が一すでに薬を服用していた場合には、2回分を重ねて服用することになり副作用が出やすくなるなど危険です。

また、一包化(分包)してある薬を飲み忘れた場合には、その分包中の服用回数が多い薬に合わせて対処してください。



2. 食前服用などの食事の影響を受ける薬の場合は対処法が異なる

薬によっては、その薬の効果に食事の影響を受けるものがあります。たとえば、糖尿病の薬では食前に服用しなければ効果がほとんどなくなってしまうものがあります。

- ・起床時(朝食前)の薬・・・その日は服用しないで、翌日の起床時に1回分を服用
- ・食前(食直前)の薬・・・1回分をとばして、次の食前に1回分を服用
- ・空腹時(食間)の薬・・・1回分をとばして、次の空腹時に1回分を服用

3. 飲み忘れた時の対処法は、医師の薬の処方意図によっても異なる

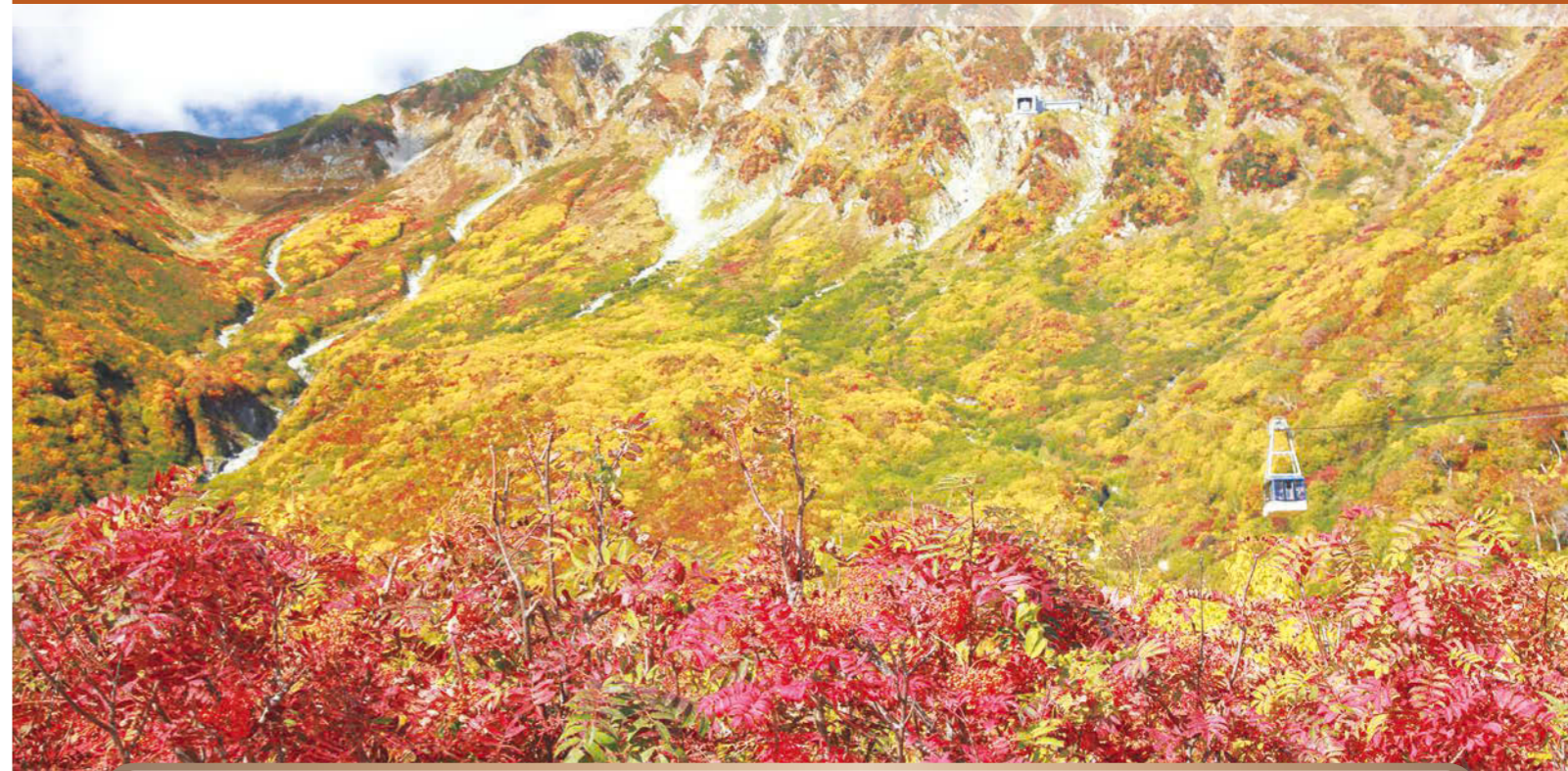
医師は患者さんお一人お一人の病状や体の大きさ、年齢などを考慮して薬を処方します。ですので、基本的な飲み忘れた場合の対処法では当てはまらないパターンも多々存在します。ご自身の薬がどのような意図で処方されたのかを理解しておくことはとても大切なことなのです。診察時の医師の説明や投薬時の薬剤師の説明をしっかりと聞いておきましょう。

また、わからないことや忘れてしまったことはそのままにしておかず、薬剤師に相談してください。たまってきた飲み忘れ薬の対応や、飲み忘れ防止のアドバイスも行っています。

※こちらの記事は、「富山県民の健康づくり推進に向けた相互連携に関する協定」にもとづき、公益社団法人富山県薬剤師会よりご提供いただいた原稿をもとに作成いたしました。

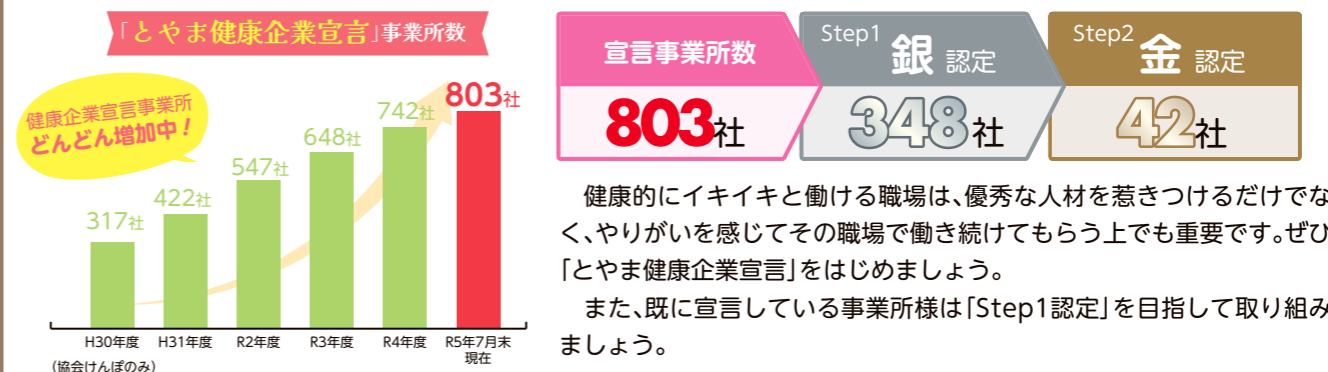
事業主様をはじめとした皆様へご回覧ください

健康保険委員だより



「とやま健康企業宣言」の普及状況について

協会けんぽ富山支部では健康経営®の促進を図っています。
「とやま健康企業宣言」では県内の事業所様の健康づくりのサポートを行っています。



健康経営の周知とともに、「とやま健康企業宣言」に参加している事業所様の取り組み等をホームページやメディア等を活用して紹介しています。

協会けんぽ富山支部のホームページに認定事業所の取り組み事例を紹介

協会けんぽ富山支部のホームページや新聞等に宣言事業所一覧(市町村別)を掲載



ラジオに認定事業所の代表者等が出演し、取り組み事例や健康経営の効果について放送

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

発行元



全国健康保険協会 富山支部
協会けんぽ

〒930-8561
富山市奥田新町8-1 ボルファートとやま6階

- 健康保険の給付・任意継続に関すること
- 健診や保健指導・健康企業宣言に関すること
- レセプトや第三者行為に関すること
- 広報など上記以外のこと

業務グループ 076-431-6155(代表)
保健グループ 076-431-5273
レセプトグループ 076-431-5272
企画総務グループ 076-431-6156

協会けんぽ 富山



メルマガ会員募集中!
左の二次元コードから簡単に登録ページにアクセスできます!



お問い合わせは 保健グループ 076-431-5273まで

各種申請書(届出書)の 記入のポイントについて

令和5年1月から各種申請書(届出書)の様式を変更したことに伴い、記入誤り等による申請書の返戻(お戻し)が増加しています。そのため、ホームページにて各種申請書について、記入誤りやお問い合わせが多い項目の記入のポイントを作成しましたので、提出前にご一読ください。

申請書

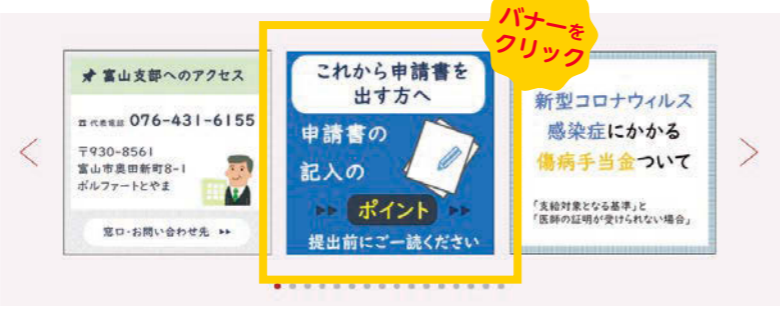
- 傷病手当金
- 埋葬料(費)
- 出産手当金
- 高額療養費
- 出産育児一時金
- 療養費

掲載場所

協会けんぽ富山支部の
ホームページ

協会けんぽ富山 検索

こちらからも
ご覧いただけます



お問い合わせは 業務グループ 076-431-6155まで

事業主・加入者の皆さまへ 被扶養者資格再確認のご協力のお願い

協会けんぽでは、健康保険の被扶養者となっている方が、**現在も被扶養者資格を満たしているかどうかの確認**を毎年実施しています。

令和5年度につきましては、10月下旬から11月上旬にかけて順次「被扶養者状況リスト」をお送りいたしますので、被扶養者資格をご確認いただき、同封の返信用封筒にてご提出ください。

被扶養者資格の再確認は、被扶養者の方の現況確認だけではなく、加入者皆さまの保険料負担の軽減につながる大切な確認です。ご理解とご協力をお願いします。

昨年度の実施結果

扶養解除者数 **約7.8万人**

高齢者医療制度への
負担軽減額(効果額) **約9億円**

保険料の負担軽減へのご協力
ありがとうございました。

令和5年度の予定

✓ 確認の対象となる方

令和5年4月1日において**18歳以上の被扶養者**の方

※確認対象となる被扶養者の方がない場合は、被扶養者状況リストはお送りいたしません。

✓ 送付時期

令和5年
10月下旬から11月上旬

✓ 提出期限

令和5年
12月8日(金)



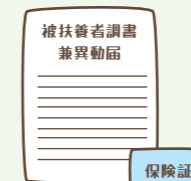
✓ 再確認の手順

対象の方の被扶養者資格を確認し、「被扶養者状況リスト」を返信用封筒で提出

Check!

扶養から外れる方がいる場合は…

該当者の保険証と同封の被扶養者調書兼異動届をあわせてご提出ください。



✓ 添付いただく書類

- 被保険者と別居している被扶養者
→仕送りの事実と仕送り額が確認できる書類
- 海外に在住している被扶養者
→海外特例要件の該当が確認できる書類

海外特例要件には、海外留学している学生、ボランティア活動や外国に赴任する被保険者の同行家族等が該当します。

詳しくは、協会けんぽのホームページまたはお送りする被扶養者状況リスト一式をご覧ください。

お問い合わせは 業務グループ 076-431-6155まで

どんな いいことが あるの? マイナンバーカードの保険証利用のメリット!

01 よりよい医療を受けることができます

医療機関を受診した際に、薬の情報や特定健診の結果の提供に同意すると、医師等からご自身の情報に基づいた総合的な判断や重複する投薬を回避した適切な処方を受けることができます。

02 窓口で限度額以上の支払いが不要になります

高額な医療費が発生する場合でも、マイナンバーカードを保険証として使うことで、ご自身で高額な医療費を一時的に自己負担したり、限度額適用認定証の書類申請手続きをする必要がなくなります。

03 マイナポータルで確定申告の医療費控除が簡単にできます

マイナポータルから保険医療を受けた記録が参照できるため、領収証を保管・提出する必要がなく、簡単に医療費控除申請の手続きができます。

04 就職・転職・引っ越し後も健康保険証としてずっと使えます

新しい健康保険証の発行を待たずに、医療機関・薬局で利用できます。

HPはこちらから



- マイナポータルで健診結果や処方された薬の情報を確認できます。自分の体に関わることをいつでも確認できるので、日々の健康づくりに役立ちます。

お問い合わせは マイナンバー総合フリーダイヤル 0120-95-0178まで