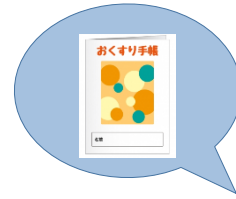


セルフメディケーションとかかりつけ薬剤師

ちょっと風邪気味……。ちょっと下痢気味……。
そんな時、あなたならどうなさいますか？
ご近所のクリニックに駆け込みみましょうか？



でも、あそこの待合室はいつも混んでいて、立って待つので疲れてしまつて余計悪くなりそうだし……。
隣の人の風邪をもらいそうだし……。
そこまでして診てもらう程でもないかな。
でも早めに薬がほしい。



そうだ！ 前に立ち寄った時に、親切にしてくれた薬剤師のいる薬屋さんにいってみよう。きっと、自分1人で薬を探すよりいいだろう。そういえば、「お薬手帳、もってないんですか？」と言われたな。「今度は持ってきて」っていったな。手帳、手帳……



こうして、お薬手帳を持って薬局に行ったあなたは、きっと症状にあったお薬と、今晚家族にちょっと話したくなる知識を手に入れることができるでしょう。



このように、お医者様にお世話にならずに、自分でお薬やサプリメントを選んで、軽い症状を改善したり、健康を維持することを、**セルフメディケーション**と呼んでいます。
この言葉、耳にされたことはおありでしょうか？
実は、多くの方がすでにこの**セルフメディケーション**を心がけておられるのです。

セルフメディケーションの質を高めるために、相談しやすいご自分の**かかりつけ薬剤師**、**かかりつけ薬局**をみつけて、今、服用中の薬との飲み合わせや薬の飲み方、選び方をはじめ、健康に関するあらゆる疑問、相談に乗ってもらって下さい。
そのために薬剤師は、今日も薬局で“健康でいたいあなた”を待っています。

