



ジェネリック医薬品って何？

先に開発された「新薬」の特許期間が切れた後、新薬と同じ有効成分を配合して製造される医薬品で「後発医薬品」とも呼ばれます。新薬とほぼ同じ効き目を持ちますが開発費があまりかからない為、低価格で提供することができ、もちろん新薬と同様に薬事に基いて厚生労働大臣の承認を受けた医薬品です。

ジェネリック医薬品を利用することにより窓口で支払うお薬代が安くなると同時に医療保険で賄う費用も抑えることができ、財政改善につながります。

ジェネリック医薬品に

替えてもらっていますか？

病気によっては対応するジェネリック医薬品が製造・販売されていない

いことがあります。切り替えができればどうかは医師や薬剤師に相談してください。

言い出しにくい...うまく説明できない...

こんな時は

ジェネリック医薬品希望シール

を提示しましょう

病院の窓口で診察券を渡す際や、薬局で処方箋を渡す際に一緒に提示すると、ジェネリック医薬品を希望する意思表示になります。保険証や診察券と一緒に窓口に出しましょう。

※「ジェネリック医薬品希望シール」は市役所国保医療課や総合分庁舎市民窓口課、各支所の窓口で配布していますのでお申し出ください。

さらにお薬代を抑えるために...

お薬手帳を持参しましょう

かかりつけ薬局の場合、お薬手帳を忘れると10円〜30円高くなってしまう場合もあります。お薬手帳は忘れずに持参しましょう。



問 市役所国保医療課

〔内線1225〜125〕

こんにちは 管理栄養士です

将来も食事の楽しみを続けるために!! 「放っておかないで! 高血圧」①

「高血圧」と聞くと身近な病気に感じ、あまり危機感のない方が多いかもしれませんが。しかし高血圧を放っておくと、動脈硬化が進行し脳卒中や心臓病、腎臓病などの重大な病気になる危険性が高まります。そして、これらの治療には厳しい食事制限が必要になってしまいます。

将来のあなたが、何の制限もなく食事を楽しむためにも、「高血圧」についてしっかりと理解し、今日から予防・改善をしていきましょう!!

★高血圧とは

上の血圧(収縮期血圧)が140mmHg以上の場合、または下の血圧(拡張期血圧)が90mmHg以上の場合、あるいはこれらの両方を満たす場合に診断されます。

★血管にかかる圧力はどのくらい?

検査等の血圧値の結果は、水銀を押し上げる強さを表しています。それを水圧に置き換えて計算すると...

【計算方法】 血圧値(mmHg) × 13.6 = 押し上がる水の高さ(mm)

収縮期血圧が140mmHgの場合、血管には、水を1m90cmの高さまで押し上げるほどの圧力がかかっています。

血管が傷ついたり、破れたりするのは、体の中の血管にこれだけの圧力が加わるからなのです。

★まずは第一歩!

- ◎毎日血圧を測定し、自分の血圧値を知る。
- ◎通院している方は、治療を勝手に中断しない。

次回は「予防・改善」についてお伝えします。



栄養相談随時受付中

食事や栄養面で気になることはありませんか? 相談を希望する際は、事前にご連絡ください。

市役所保健福祉課
健康推進係 [内線154]
管理栄養士 西村

