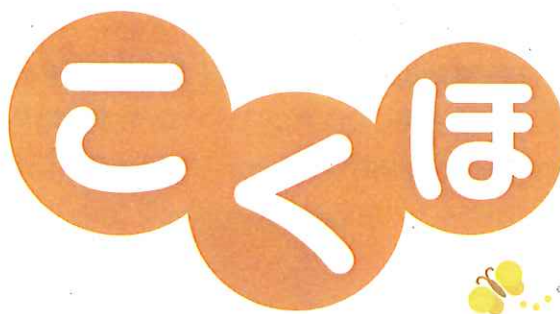


2024
Special Edition
特別号

こくほ岡山
2024年3月発行



岡山

Kokuho Okayama



リフィル処方箋を 知っていますか?



リフィル処方箋
って何?



リフィル処方箋とは、症状が安定している患者に対して、医師が可能と判断し、本人が希望すれば、一定の期間内において同じ処方箋を3回まで繰り返し使用できる処方箋のことです。通常の処方箋に比べて、同じ薬をもらうための受診回数を減らすことができます。

リフィル処方箋
のポイント

- ◎ 同じ処方箋は最大3回まで繰り返し使用できます。
リフィル処方箋があれば、最大で3回までは医療機関を受診することなく、直接薬局で薬を受け取れます。
- ◎ 病院に行く時間や、待ち時間などの負担を軽減できます。
- ◎ 感染症流行期において通院時における感染リスクを軽減できます。
- ◎ 医療費の削減につながります。

どんな人が対象?

☆生活習慣病(高血圧や高脂血症など)やアレルギー性鼻炎、アトピー性皮膚炎などをはじめとした慢性疾患で長期間同じ薬を服用して、症状が安定していると医師が判断した患者。

☆医師がリフィル処方箋を使っても大丈夫と判断している患者。



どこの薬局に行っても大丈夫?

☆薬局では薬剤師が、体調や服薬状況などを確認してくれます。

継続的なサポートを受けるためにも、1回目と同じ薬局で受け取ることが望ましいです。

身近で相談しやすい、かかりつけ薬局・薬剤師を持ちましょう。



どんな薬でもリフィル処方箋を利用できるの?

☆新薬や向精神薬など投薬量に限度が定められている医薬品や湿布薬については、リフィル処方箋を利用できません。

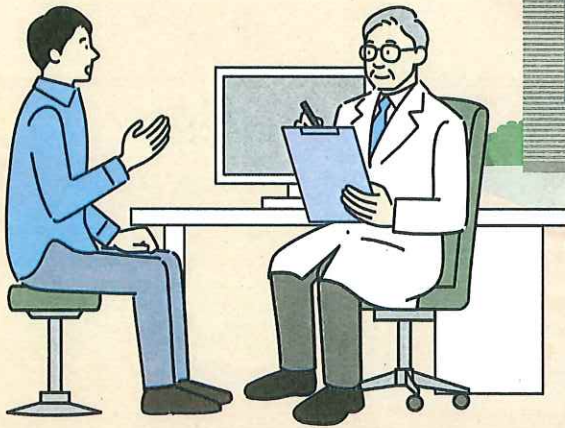


☆リフィル処方箋は医師が判断します。症状などにより、医師の判断でリフィル処方箋を発行できない場合があります。かかりつけ医に相談してください。



リフィル処方箋の流れ

① 医療機関を受診する



医療機関を受診して、リフィル処方箋を発行してもらいます。長期間・症状が安定していることが条件のため、かかりつけ医(通院中の医療機関)で発行してもらうのがスムーズです。

リフィル処方箋は**医師側から提案する場合**と**患者側から希望する場合**があります。希望する場合は、医師に相談してみましょう。

処方箋 (この処方箋は、次の医療機関でも有効です。)			
公費負担番号	診療科目	処方箋番号	(印)
氏名	性別	年齢	住所
生年月日	性別	年齢	住所
区分	診察科	処方箋番号	処方箋日
処方年月日	今年 月 日	公費負担番号	処方年月日
処方内容	リフィル可 <input checked="" type="checkbox"/> (3回)		
調剤回数	リフィル可 <input checked="" type="checkbox"/> (3回)		
調剤予定日	今年 月 日	公費負担番号	処方年月日

チェックが入っています！
使えます！

② リフィル処方箋を貰う

処方箋には「リフィル可」欄が設けられており、繰り返しの使用が可能な場合は、チェックと使用回数が記載されます。

薬剤師の記入欄です。

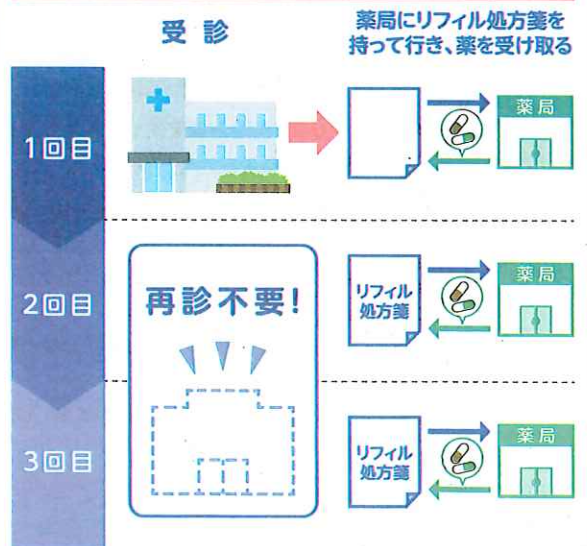
2回目以降は調剤予定日の前後7日以内に薬を受け取ります。

調剤実施回数(調剤回数に応じて、□に「レ」又は「×」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)
 1回目調剤日 (令和6年 3月 7日) 2回目調剤日 (年 月 日) 3回目調剤日 (年 月 日)
 次回調剤予定日 (令和 年 3月 29日) 次回調剤予定日 (年 月 日)

③ 1回目の薬の受け取り

1回目の薬の受け取りは、通常と同じです。処方箋が交付された後、**4日以内に薬局へ行き**、お薬手帳・健康保険証(マイナンバーカード)とともにリフィル処方箋を薬剤師に提出し、調剤してもらいます。医師が決めた1回あたりの投薬期間をもとに、薬剤師が処方箋に**次回の調剤予定日**を記入します。

リフィル処方箋の使用イメージ



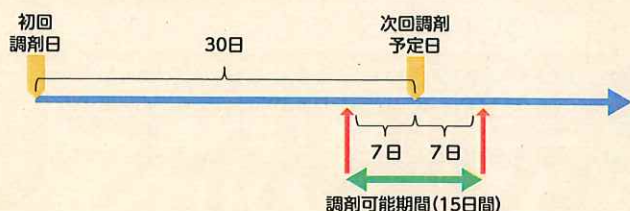
4 2回目以降の薬の受け取り

2回目以降は指定された次回調剤予定日を含まない前後7日間以内(合計15日間のうち)にリフィル処方箋などの必要な物を持って薬局へ行き、調剤してもらいます。有効期限を過ぎた場合は、薬を受け取ることができなくなり、医療機関を受診する必要があります。

薬

リフィル処方箋の回数、期間が終了したら、1回目同様に医療機関を受診します。

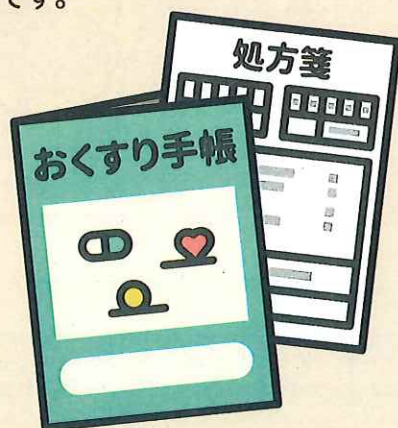
※リフィル処方箋を利用できる上限は3回です。



5 リフィル処方箋をなくさない工夫をしましょう

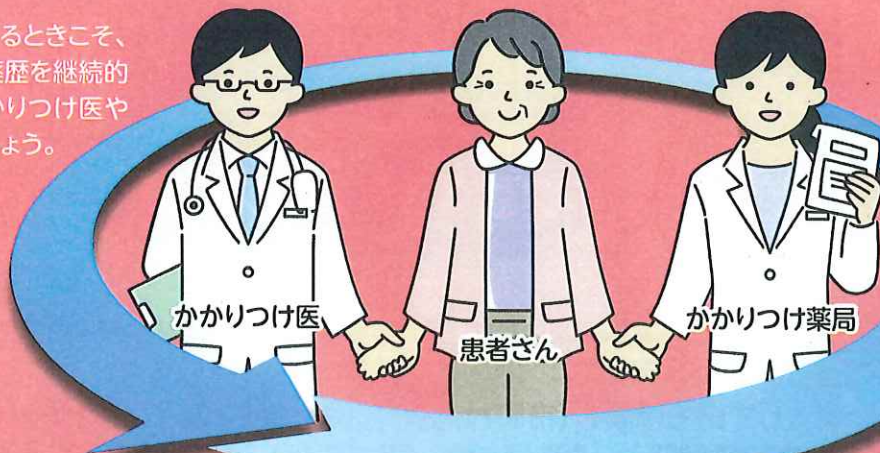
リフィル処方箋は、1枚の用紙を繰り返し使用するので、1回調剤してもらったあとも自宅に保管しておく必要があります。紛失した場合は、医療機関を再び受診しなければなりません。

リフィル処方箋をお薬手帳にはさんだり、次回調剤予定などをカレンダーや手帳に記入しておくのも良いです。



リフィル処方箋による投薬期間中であっても、医療機関への受診はできます。リフィル処方箋の使用回数が残っていても、体調や病状の変化など気になることがある場合は、かかりつけの医師や薬剤師に相談しましょう。

リフィル処方箋を使用するときこそ、普段からの体調や体質、薬歴を継続的に把握してくれているかかりつけ医やかかりつけ薬局を持ちましょう。





真庭のジャージー牛乳と大根で乳和食を味わおう♪

塩さばと大根おろしの牛乳煮



作り方

- ① 塩さばは、フライパンに薄く油を敷いて、強火で両面に焼目が付くくらいに焼く。(火の通り具合は6割くらいでよい)
- ② ①に大根おろしと牛乳、しょうゆを入れてふつふつとしてきたら、中火から弱火で5分ほど煮る。
- ③ 最後に水溶き片栗粉を入れてとろみを付ける。

・牛乳で魚の臭みも消えます。大根おろしも入っているので、消化にいいです。

・乳和食は、牛乳・乳製品を使用することでしょうゆやみそ、だしを減らしても牛乳のコクやうま味でおいしく減塩することができます。

材料(4人分)

塩さば 4切れ
 大根おろし 1カップ
 しょうゆ 大さじ1
 牛乳 150ml
 小松菜 120g
 片栗粉 小さじ2
 油 適量

1人分の栄養値

エネルギー	214kcal
たんぱく質	19.3g
脂質	14.0g
炭水化物	10.5g
食塩相当量	1.9g
カルシウム	123mg



40歳から75歳未満の国民健康保険に加入しているみなさん!!

特定健診を受診しましょう!!



「健康だから」「忙しいから」と健診を受けていないあなた! 健康だと思っても、気づかないうちに病気が進行している場合があります!

年に1度は必ず
健診を受けましょう!



岡山市内市町村
岡山県国民健康保険団体連合会
マスコットキャラクター「ナマケルン」

岡山県国民健康保険団体連合会
マスコットキャラクター「ハレルン」

詳細は、加入している保険者(市町村国保・国保組合等)の窓口へお問い合わせください

岡山県国保・岡山県国民健康保険団体連合会