



めざせ受診マスター！
医療費節減の道

セルフメディケーションの心強い味方

スイッチOTC医薬品

「セルフメディケーション」とは「自分自身の健康に責任を持ち、軽度の身体の不調は自分で手当てすること。要するに、軽い不調であれば病院に行かず、自分で治そうという考え方です。その際、頼りになるのは市販薬（OTC 医薬品）。医師の処方せんが必要だった薬が処方せんなしで買えるようになった「スイッチ OTC 医薬品」という心強い味方もあります。



OTC 医薬品とは？

従来から市販薬、大衆薬などと呼ばれ、ドラッグストア等で購入できる薬全般を指すのが OTC 医薬品。「Over The Counter=カウンター越しに購入できる薬」という意味です。薬の成分やリスクによって薬剤師または登録販売者の情報提供が必要になるなど、安全面も考慮されています。病院に行く時間も節約できるので、セルフメディケーションの重要なアイテムとなります。

OTC 医薬品のなかには、今まで医師の処方せんが必要だった薬を転用した「スイッチ OTC 医薬品」もあり、「市販薬は効き目が弱い」というイメージはもはや過去のものといえます。セルフメディケーションをめぐる環境は整ってきています。

スイッチOTC医薬品のメリット



- 待ち時間なしで医療用の薬と同等の医薬品が買える！
- 診察料や調剤料などがかからないので、医療機関を受診した際より安くなる場合も！
- セルフメディケーション税制が利用できる！（下記参照）

めざせマスター！

セルフメディケーション税制

スイッチ OTC 医薬品等を活用して、健康の維持・増進や疾病予防に取り組んでいる場合、一定の要件を満たすと、所定の額が総所得金額等から控除される「セルフメディケーション税制」があります。

- 1 特定健康診査、予防接種、定期健康診断、がん検診などを実施していること。
- 2 その年の1月1日から12月31日までの1年間に、自己または生計を一にする配偶者等にかかる一定の OTC 医薬品等を購入した額が1万2,000円を超えていること（レシートが必要）。
- 3 1と2を満たすとき、1万2,000円を超えた分（上限8万8,000円）をその年分の総所得金額から控除する。



*非スイッチ OTC 医薬品にも対象となる医薬品があります。対象になる OTC 医薬品等は定期的に更新されます。薬剤師に確認するか、厚生労働省のホームページ等でご確認ください。

*セルフメディケーション税制の控除を受ける場合、医療費控除の適用を受けることはできません。

厚生労働省ホームページ
(URLは変更される場合があります)



セルフメディケーションは国が推奨しています。

医療機関への往復時間や待ち時間のストレスがなくなるだけでなく、
健保組合が負担する医療費の節約にもつながります。