

2010年2月



薬の正しい飲み方

薬は正しく使ってこそ、十分な効果を発揮し、副作用も最小限に抑えられます。誤った使用方法では効果が得られないだけでなく、場合によっては身体に危険が及ぶ場合もあります。健やかな毎日を送るためにも、正しい薬の飲み方の基本を理解しておきましょう。



用法・容量を守って使用する

薬の効く時間や効き方の違いにより使用回数が異なります。十分な効果を得るためにも、指示通りに使用しましょう。



自分の判断で使用をやめない

症状が軽くなったからといって自己判断で中止せず、必ず医師・薬剤師に相談しましょう。

自分の薬を他の人に譲らない、もらわない

似たような症状でも、全く違う病気であることがあります。間違った薬を飲んでしまい、かえって症状を悪化させてしまう場合もあります。家族や他人に譲ったり、もらったりしないようにしましょう。

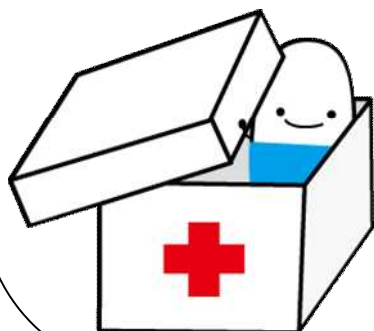
古い薬は飲まない

薬には使用期限があります。それを過ぎたものは品質の変化が心配されますので、使用は避けましょう。

また、前にもらった薬が残っているからそれを飲むということも危険です。同じような症状でも違う病気のこともあります。

アレルギーなどが起こった薬は覚えておく

以前飲んだ時にアレルギーや副作用を起こした薬は、その名前をお薬手帳に記入するなどして覚えておきましょう。また、アレルギーや副作用を起こしたことは、診察を受ける前や薬を購入する前には、必ず医師や薬剤師に話しましょう。



服用時間とその目安

内服薬の服用時間には以下のようなものがあります。

食前...食事のおよそ 30 分前に服用

食直前...食事をするすぐ前に服用

食後...食事をとったあとおよそ 30 分以内に服用

食直後...食事のすぐあとに服用

食間...食事をとったあとおよそ 2 時間後に服用
(空腹の時)

寝る前...寝るおよそ 30 分前に服用

就寝直前...寝る直前に服用

頓服...症状に合わせて必要時に、指示通りに服用



このほかにも朝起きてすぐに飲む薬もあります。時間を守って、指示通りに服用しましょう。

通常、薬はコップ一杯の水またはぬるま湯で飲んでください。

水なしで飲むと、食道や胃を荒らすことがあります。ひどい場合には食道や胃に潰瘍をすることもあります。(トローチ・口腔内崩壊錠・舌下錠などの水なしで飲める薬はそのままで大丈夫です。)

お茶や牛乳、ジュース、コーヒー、アルコールなどでは薬を飲まないで下さい。薬の吸収に影響が出て、効きすぎたり、効かなかったりします。副作用が出る場合もあります。

薬を飲みやすくする工夫

オブラートを利用する

少量の水で練る（小児用ドライシロップは少量の水で練って団子状にし、そのままか上あごや頬の裏側に塗りつけてから水と一緒に飲み込ませるという方法があります。）



補助器具（スプーン、スポイトなど）を利用する

粘度調節食品（トロメイクなど）を利用する（飲み込むのが苦手な方、嚥下障害のある方におススメです。オーロラ薬局でも販売しています。）

食品を利用する（寒天、ヨーグルト、ゼリー、アイスクリームなどを利用して飲みます。薬によっては飲み合わせがよくなかったり、苦みがでたりする場合があります、併用できないものもあります。詳しくは薬剤師にご相談ください。）

その他、お薬の飲み方についてお困りのことがございましたら、お気軽に薬剤師までご相談ください。

（岩手県薬剤師会ホームページ / eo健康 / All About 参照）



オーロラ薬局

TEL 019-635-1233

FAX 019-635-4555

オーロラ薬局 沼宮内店

TEL 0195-61-3883

FAX 0195-62-6868