



正しい 薬の使い方

薬の正しい使い方

- 薬に正しい使い方があるの？
- 水で飲まなきゃダメ？
- 食前食後・・・食間？
- 食べ物と飲み合わせがあるの？
- 副作用は大丈夫？
- 保管場所

薬に正しい使い方があるの？

- 薬は必ず『用法・用量』があります。
- 用法：使う（飲む）時間やタイミング
- 用量：使う（飲む）量
- 有効期間

水で飲まなきやダメ？

- 水がベスト
- ただしミネラルウォーターは避けた方が良い場合もあります。硬水は避けましょう。
- お茶やジュースは好ましくない薬があります。
- アルコールは薬の作用が強くなります。
→ アルコールは胃酸の分泌を促進するため潰瘍のリスクになります。アルコールは肝臓で代謝されます。肝臓の働きが落ちている人は特に注意が必要です。

食前食後 ・ ・ ・ 食間？

独特な服用方法

- 起床時 起きてすぐ服用する。
- 食前 食事の30分前
- 食直前 食事が薬の効果に影響を与える。
- 食直後 同上
- 空腹時 食事による薬の影響を避ける。
- 食間 食後2時間

食べ物と飲み合わせがあるの？

- ワーファリンと納豆、クロレラなど
ビタミンKを多く含む食品は、薬の効果を下げするため服用中は食べない
- グレープフルーツ
相互作用がある薬 カルシウム拮抗薬
- 抗生剤と牛乳
ニューキノロンは牛乳や一部の下剤と一緒に服用すると吸収が悪くなる。
- アルコールで悪酔い
一般的に薬は肝臓で代謝されるため、薬の代謝遅延、酒（アルコール）の代謝に影響が出ます

副作用は大丈夫？

- 副作用は薬の種類に依存
鎮痛剤は胃腸障害、腎障害、アレルギー
胃腸薬は眠気、喉の渇き
精神安定剤はふらつき、めまい
抗ヒスタミン剤は眠気、頭痛
- 副作用を完全に防ぐことはできない
- 用法用量を守ること
- アレルギー症状は皮疹、発疹が多い

保管場所

- 室温、遮光、湿度について
 - ・ 保管温度 室温 15～25℃
 - ・ 保冷品は5℃以下。冷蔵庫に。坐薬は一度溶けて固まると溶けにくくなることもある
 - ・ 紫外線で有効成分が分解
 - ・ 湿度 粉薬、一包化の薬が影響を受ける可能性が高い
- 小さなお子さんが誤って薬を口にする事故
5歳以下の子供の誤飲事故は年々増加傾向。
平成24年 中毒情報センター収集 8,388件のうち869件は有症状

院外処方せんとお薬手帳

- 院外処方せんは有効期限が4日間。
- お薬手帳は薬の履歴を知る上で大変有用。