

お薬の知識

～お薬を正しく使いましょう～



枚方市 ひこぼしくん



薬はリスクを併せ持つもの

病気やけがを治すのに役立つ「薬」。しかし、正しく使わなければ思わぬ副作用を引き起こすこともあります。

「薬」は多く飲んだからといってよく効くものではありません。多く飲むことで、副作用や中毒が現れることもあります。また、症状が治まったからといって服用をやめると、病気が再発したり完治しないことがあります。

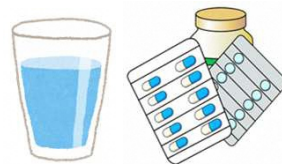
自分で判断せず、医師や薬剤師などの専門家から適切なアドバイスを受けて、正しい使い方を知り、正しく使いましょう。

副作用の出現に特に注意してほしい人

- アレルギーのある人
- 過去にひどい副作用を経験したことがある人
- 肝臓や腎臓など、薬を代謝・排泄する臓器に疾患のある人
- 他にもお薬を飲んでいる人
- 妊娠している、または妊娠の可能性のある女性、授乳中の女性
- 高齢者
- 仕事などで高所作業をする人、運転操作をする人



お薬の飲み方について



お薬の飲み方

医師、薬剤師等から特別な指示がない限り、飲み薬は、「コップ1杯」の「水(ぬるま湯)」で飲むのが目安です。

少量の水では、お薬がのどや食道に張り付いて炎症などを起こすことがあります。

また、お薬を牛乳、お茶、ジュースやコーヒー、お酒などで飲むと、お薬の種類によって飲み合わせが悪いことがあり、お薬が効きすぎたり、弱まったりすることがあります。

なお、勝手に錠剤を砕いたり、カプセルを外したりせず、「そのまま」飲みましょう。 飲むのに不都合がある場合は、医師・薬剤師に相談しましょう。

お薬を飲むタイミング

お薬は、それぞれ決められたタイミングに飲まないで、期待する効果が十分に得られなかったり、副作用を生じたりします。必ず決められたタイミングで服用しましょう。

食 前: 胃の中に食べ物が入っていないとき
(食事のおよそ30分から1時間前)

食 後: 胃の中に食べ物が入っているとき
(食事の後およそ30分以内)

食 間: 食事と食事の間
(食事のおよそ2時間後)

就寝前: 就寝するおよそ30分前

頓 服: 発作時や症状のひどい時



飲むのを忘れたら

万一飲み忘れた場合は、気付いたときにすぐ飲みましょう。

ただし、次の服用時間が迫っている場合には、忘れた分は飲まずに、その次の服用時間から飲みます。

一度に2回分を飲んではいけません。

なお、お薬の種類によっては飲み忘れたときの対応が異なる場合があります。飲み忘れた場合の対応について、予め医師・薬剤師に確認しておきましょう。



お薬は、説明書や、医師、薬剤師等の指示どおり、使用回数、使用時間、使用量を守って服用するようにしましょう。

身近な薬局で信頼できる あなたの 「かかりつけ薬剤師・薬局」 を選んで活用しましょう

①ふだんから利用する薬局を1つ選んでおきましょう

お薬の重複投与や相互作用を防止できます。

②同じ薬局で継続的に管理してもらいましょう

お薬の飲み忘れや飲み残しを防止し、
副作用や効果を継続的に確認してもらえます。

③何でも相談できる薬剤師を見つけましょう

お薬や健康について気軽に相談できます。
健康食品や介護用品など生活上のアドバイスも！



お薬手帳を活用しましょう



「お薬手帳」は服用したお薬の記録です。
医療機関の受診時や市販薬の購入時に、医師・
薬剤師に見せると、お薬の飲み合わせなどを確認
してもらえます。

服用後の体調変化やアレルギー、服用している
市販薬なども記入し、活用しましょう。

健康サポート薬局

平成28年10月よりスタート

地域のみなさまの健康の維持・増進を積極
的に支援する薬局です。お薬に関することに加え
て、健康に関わる様々な相談にのってもらえ
ます。看板などで確認できるほか、インターネット
(薬局機能情報提供制度)でも検索できます。



薬の保管方法チェック



- 子どもの手が届かないところで保管している
- 高温・湿気・日光を避けて保管している
- 使用期限が過ぎた古い薬は廃棄している
- 食品、農薬、殺虫剤等と区別して保管している
- 他の容器に入れ替えていない

ジェネリック医薬品って？

「ジェネリック医薬品(後発医薬品)」は、新薬と有効性や安全性、品質が同等であり、国の厳しい審査をクリアしたものが承認されています。



開発費用が抑えられるので、新薬よりも低価格で販売されます。

ジェネリック医薬品の普及は、患者個人の経済的負担が軽くなるだけでなく、日本全体の医療費の効率化に繋がります。

ジェネリック医薬品を希望される場合は、医師・薬剤師にご相談ください。

副作用による健康被害の救済制度

お薬を正しく使用していても、副作用によって、まれに入院治療が必要になるほどの重篤な健康被害を引き起こすことがあります。

その場合に、治療費や年金などの給付を行う公的な制度が「医薬品副作用被害救済制度」です。

【相談窓口】独立行政法人 医薬品医療機器総合機構 (PMDA)

電話 0120-149-931 (月～金 9:00～17:00 祝日・年末年始を除く)

Eメール kyufu@pmda.go.jp



枚方市 ひこぼしくん

枚方市保健所 保健医療課

〒573-0027 枚方市大垣内町2丁目2番2号

TEL:072-807-7623 FAX:072-845-0685

2018年9月 第5版