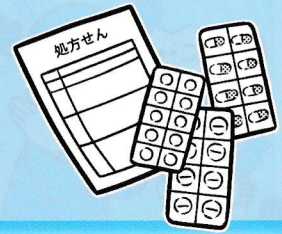


きちんと知ろう！ 薬と薬局のこと

病院から処方されたり、ドラッグストアで購入したりする「お薬」。
飲み方、飲み合わせなどを知り、そしてお薬を扱う「薬局」のことを正しく
知ってこそ効果があります。
今回は、知っているようで、知らない「お薬」のことを考えてみました。



■ お薬には、2種類あるって知ってる？

- ①「医療用医薬品」と②「市販薬（OTC医薬品）」
の2種類です。
- ①…医療機関で医師がその人の病気、症状、
体質などを考えて処方するもの
 - ②…症状に合わせて薬局などで購入できるもの

■ 薬の服用のタイミングって知ってる？

- 食 前: 胃の中に食べ物が入っていないとき（食事
の1時間～30分前）
- 食 後: 胃の中に食べ物が入っているとき（食事の
あと30分以内）
- 食 間: 食事と食事の間（食事の2時間後が目安）
- 就寝前: 寝る30分くらい前
- 頓 服: 発作時や症状がひどいとき

■ 正しい飲み方って知ってる？

飲み薬はコップ1杯の水またはぬるま湯で飲みましょう。



★水の量が少ないと…薬がのどや食道に引っかかり、炎症を起こすことがあり
ます。特にカプセルはくっつきやすいので注意しましょう。
また、薬の吸収が低下したり遅くなったりすることもあります。

★水以外の飲み物で飲んでもいい？…酒類やジュースで飲むと、飲み物に含まれる成分との相互作用
で、効果が変わることや副作用が起きることもあります。

★粉薬が苦手…医師や薬剤師に相談しましょう。同じ成分の錠剤やカプセル錠がないか確認してもらえ
ます。また、オブラートやカプセル、服用ゼリーなどに入れて飲む方法もあります。

★錠剤やカプセルが飲みにくいので、砕いて飲んでもいい？…

嚙んだり砕いたりしないでください。表面がコーティングされている錠剤やカプセルは、
有効成分が少しずつ溶け出す、あるいは胃ではなく腸で溶けるように作られています。
また、苦みの強いものを飲みやすくする機能もあります。カプセルを外して飲まないよう
にしましょう。

飲みにくさを感じたら、薬剤師に相談しましょう。

★症状が治まってきたから、量を減らしたり、服用をやめたりしてもいい？…

自分の判断で薬の量を加減すると、効果が出なかったり、副作用が現れたりすることが
あります。決められた量と期間を守ることが必要です。

また、症状が治まったからといって服用をやめると、再発や完治しないことがあるので、
医師や薬剤師に相談しましょう。