

お薬の服用について

～岡山県薬剤師会津山支部～



正しく薬を服用するポイントは「飲む時間」「飲む量」「飲む方法」「飲む期間」「飲み合わせ」などがあります。それぞれを確認して頂きお薬を服用するときの参考にしてみましよう。

「飲む時間」

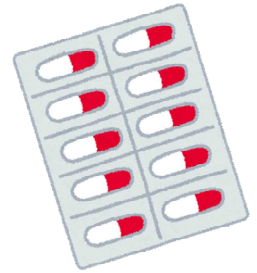
服用方法ともいわれます。どの指示がどの時間を示しているかを再確認してみましよう

- 食後 : 食事を終えた時～30分後 の間の時間
- 食前 : 食事を食べる30～60分前 の間の時間
- 食間 : 食事と食事の間、食後2時間後ぐらい の時間
- 就寝前 : 就寝する前20分～就寝 の間の時間
- 頓服 : 指示のあった状態になった時
- 〇〇時服用 : 指定された時間

薬によって決められた飲み方でなければ効果が出ない薬が有ったり、薬の組み合わせにより飲み方が変わるものもあります。医師の決められた飲み方を守って服用しましよう。

「飲む量」

どの薬をどれくらい飲むかを医師が決めた量です。



「飲む方法」

基本はコップ1杯のお水・ぬるま湯で飲むです。

お水の量が少なすぎるとお薬が食道に引っ付いてしまい、のどの違和感・のどの潰瘍などの原因となる事もあるので注意しましよう。

※OD錠（口腔内崩壊錠）・チュアブル錠・トローチなど水を必要としない薬もあります。

「飲む期間」

処方された薬の日数のこと
症状によって異なってきます。

「飲み合わせ」

複数の薬を飲んでいる場合、複数の薬の成分どうしが反応して、予想外の強い作用が出たり、反対に薬が効きにくくなる場合があります。これを薬の「飲み合わせ」といいます。

お薬をお出しする時、「症状も治ってきたからこの薬はもう飲まなくてもいいか」「薬を飲むと薬だけでももう少し効かせたいから飲む量・飲む回数を増やしてみた」などのお話を聞くことがあります。医師に話したかを聞くと「怖くて言っていない」との返事をされることもあります。こ

のお薬の服用のしかたはどうでしょうか？

お薬は決まった間隔で決まった量を服用することで体の中に残っている薬の成分量を一定に保つことで安定して効果が出るように設計されたものです。医師も「この飲み方・量で効果が出ているか？」をみておられ、処方箋の飲み方通りに服用していることを前提に効果を判断されます。お薬の飲み方・飲む量・飲む期間は皆さんの体調に合わせて調整されたものなので、効果が悪かったり症状がよくなったときはまず医師に相談して自分にあったお薬をしてもらった方が良いでしょう。

正しくお薬を服用する為には

○決められた飲み方・飲む量を守りましょう。また、効果が悪い・効きすぎるなどの時は早めに再受診してお薬の相談をしましょう。

※医師が考えられた治療の効果の判断がきちんとわかり自分に合ったお薬を選択してもらえます。

○症状がよくなっても自分の判断でやめないようにしましょう。

※お薬を継続しているから症状が治まっている場合もあります。症状の原因がよくなっているかを見てもらい安心して過ごすため、是非医師に相談をしてください。

○基本はお水・ぬるま湯で飲みましょう

※お薬によってはお茶でのむと効果が悪くなるもの、牛乳で飲むと効果が悪くなるものなど、飲み合わせの悪いものが有ります。基本のお水・ぬるま湯ではそれが無い為、安心してお薬が飲めます。

しかし、子供さんが粉薬を嫌がって飲んでくれない、漢方薬が苦くて飲めないなど、お水で飲むことで服用が困難になる事もあるので、その場合は医師・薬剤師に相談してみてください。

○複数の病院を受診している場合は、お薬の手帳を活用しましょう

※お薬の飲み合わせが悪く飲めない薬があった、困っている症状が併用している薬が原因だった、などを判断することが出来るようになります。

を是非実践してみてください。

のぞみ薬局 羽入田 浩一

お問い合わせ先：岡山県津山市こども保健部健康増進課

TEL 0868-32-2069