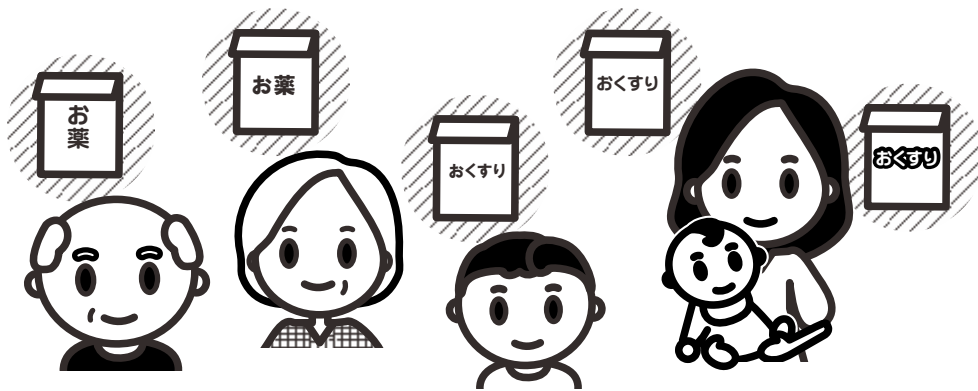


お薬の飲み方

使い方



宣言

明るい
笑顔

すぐ
返事

伝える
元気

かちどき薬品
げんき君 ホームページ
健康に関する情報がいっぱい
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ



かちどき薬局のブログ
ameblo.jp/kachidoki-blog



Seedling 2017 12月号

Copyright © 2017 かちどき薬品株式会社 <http://kachidokikk.co.jp/>
健康情報サイト げんき君 <http://genki1616.co.jp>

薬は正しい使い方をして 初めて薬となります

不調を改善し病気を治療する効果の他に、副作用が現れる可能性もあります。
自分自身の健康に責任を持つためにも、正しい使い方を知ることが大切です。

安全に使うための基本ポイント

使用方法を守る

- 処方薬は医師・薬剤師の指示に従って使う
- 自己判断で量を増減しない
- 必ず説明書を読む

突然飲むのを止めたり量を増らすと、別の症状が現れたり体調が悪化する薬もあります

飲み薬の場合は…

- 飲み方を変えない
- 飲む時間を変えない
- 飲むのを勝手に止めない



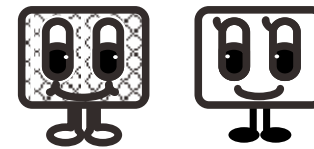
事例：抗うつ剤を長い期間飲んでいて近頃は体調もよくなったので飲む量を減らしたところ

めまい・イライラ・頭痛ができて以前より具合が悪くなってしまった

人にあげたり もらったりしない

- 処方薬は本人だけが使い、他の人にあげたりもらって飲んだりしない

一人ひとり顔や体型が違うように体質や体の機能も違い、同じ薬でも飲む人によって作用が異なります



事例：外出した時に頭が痛くなった

一緒にいた友人に「病院でもらった痛み止め、よく効くから飲んでみて」と言われ、渡された薬を飲んだところ

急に呼吸がうまくできなくなりゼーゼーと苦しくなった

保管方法を守る

- 保管する際の条件をよく確認する

保管のしかたは薬によって違い、高温や湿気で変質してしまったり、冷蔵庫での保管が必要なものもあります

誤飲を防ぐため…

- 小さなお子さんの手の届かない所にしまう
- 短時間でも置いたまま離れない



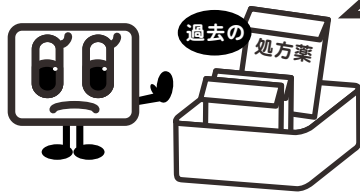
事例 今から飲もうと思い、近くの棚に薬を置いてちょっと目を離したすきに、子どもが口に入れていた

置き場所を間違えると誤飲事故を招くことがあります

過去の薬は使わない

- 以前処方された薬を医師の指示なく服用したり使用しない

薬は受診時の体の状態に合わせて処方しています。同じ人であっても、体の機能や状態は月日が経てば変化します



事例 胃が痛くなったので、半年前に病院でもらった胃薬を飲んだが痛みが治まらないので受診したら、似たような胃の痛みだが、実は違う病気だった

体調の変化を見逃さない

- どんな副作用があるかあらかじめ把握しておく

すべての薬には主作用(効果)と副作用があります

- 体の異変を少しでも感じた時は、自己判断で薬をそのまま飲み続けたり止めたりしない



いつもと違う症状が現れた時は、すぐにかかりつけの医師や薬剤師に相談しましょう

飲み薬



散剤・顆粒剤・錠剤・カプセル剤・水剤などの形があり、薬の効果を高めるようそれぞれ工夫されています。

コップ1杯の水かぬるま湯で飲む

粉薬・錠剤・カプセル剤は水に溶けると吸収がよくなり、効果を発揮します。また、多めの水で飲むことにより食道や胃を保護します。



❗ 水なしで薬を飲むと…
喉や食道に薬が張り付いて、粘膜を傷めてしまう恐れがあります。

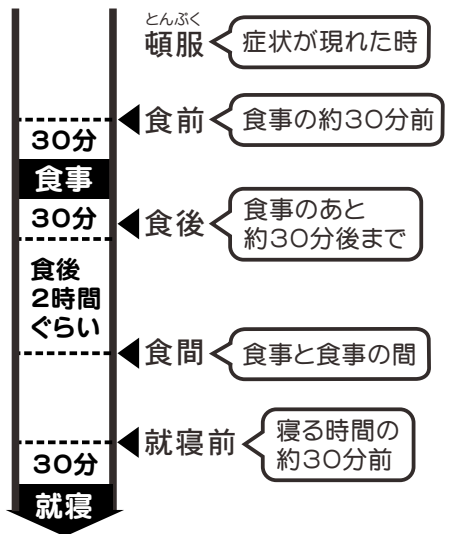
❗ 水以外の飲料で薬を飲むと…
薬の働きに影響を及ぼし、作用が増強されたり、命に関わる症状が現れることがあります。・アルコール・牛乳など

飲み合わせ・相互作用に注意

例 コーヒーや紅茶+気管支ぜん息の薬
グレープフルーツジュース+高血圧の薬

飲む時間を守る

薬によって飲む時間は違います。よい効き目を得るために、必ず指定された時間に飲みましょう。



形状を変えずに飲む

薬の効果を高めるために、錠剤・カプセル・顆粒など形状が工夫されています。

❗ 勝手に形を変えると…
自己判断でカプセルの中身を出したり錠剤をすりつぶして飲んだりすると、薬の作用が変化し、体調に異変が生じることがあります。



上体を起こして飲む

薬が体の奥までスムーズに届くよう、飲む前にできるだけ姿勢を整えましょう。

❗ 寝たままの姿勢で飲むと…
誤って気管に入る誤嚥が起こったり、薬が喉や食道にとどまって溶け出し、炎症を起こす恐れもあります。

散剤 / 顆粒剤



粉末や顆粒状になった薬です。
錠剤やカプセル剤に比べて体内への吸収が早く、
効き目が早いのが利点です。

まず口の中に少量の水を含み、
薬を口に入れます。コップの水を
多めに飲み、薬と一緒に流し込む
ように飲みます。

薬がスムーズに出るように
包材を切り取っておく



味が苦手で飲みにくい時は

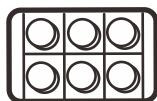
オブラートの中心に薬を置き、包んで
ねじり、水に浸して飲みます。



嚥下補助ゼリー(ゼリー状オブラート)は
スプーンや小さな容器に出して
上に薬をのせ、ゼリーをかぶせて
一緒に飲み込みます。



錠剤



粉末状の薬を固めたもので、苦い味やにおいを感じないよう
コーティングされていたり、徐々に溶けていく、腸で溶けるなど、
効果が最大に発揮できるように、それぞれ工夫されています。

服用方法をよく確かめましょう。
口内で少しずつ溶かして服用する
チュアブル錠など、使い方が異なる
薬もあります。

❗ 小さな錠剤を包装ごと
飲み込んでしまう
事故が起きています

一回分を切り離さず
シートごと保管し、
その都度取り出すと
予防になります

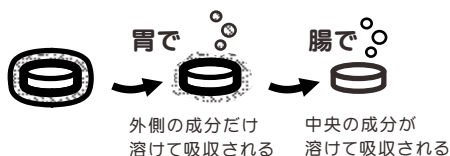


手先に力が入らず
取り出しにくい時は
はさんで上から
押し出す補助器具を
使う方法もあります

半錠に割る時は

※医師から指示がある場合
※半分に割る記載がある場合

スプーンの背の中央に
錠剤の割線を上にして置き、
割線の左右を両手の親指で
押し、きれいに割れやす
くなります



外側の成分だけ 溶けて吸収される
中央の成分が 溶けて吸収される

カプセル剤



粉末状や顆粒状の薬を入れたハードカプセルと
液状の薬を入れたソフトカプセルがあります。
薬の味やにおいが気にならないので飲みやすく、
体内で速やかに溶けるしくみになっています。

服用前に水を含んで喉を湿らせて
おき、必ずたっぷりの水または
ぬるま湯と一緒に飲みましょう。

カプセルを口に入れたら
上を向かず飲み込む



カプセル剤は粘膜への
吸着性が高く、喉や食道に
張り付くと、薬の成分が
溶け出して粘膜が傷つき、
潰瘍が生じることも
考えられます。

水剤 (シロップ)



液状の飲み薬です。甘い味がついていて
小さなお子さんでも飲みやすく、
吸収が早いのが利点です。

泡立てないよう容器を静かに振り、
よく混ぜてから専用の計量容器で
1回分を正確に計り服用します。

使用後は容器の口を拭いて清潔にし、
キャップをしっかり閉める

小さなお子さんに飲ませる時は

1回分を一度に口に入れず、
ひと口で飲める量ずつスプーンや
スポイトで流し込みます。
服用後に湯冷ましやミルクなどを
飲ませます。



飲みにくい時はご相談ください



種類や形状によって服用が難しい場合には薬剤師にご相談ください。
同じ成分で、違う形状の薬に変更可能な場合もあります。



ドライシロップなど
飲みやすい薬に
変更できる場合が
あります



散剤・シロップ剤・
口の中で溶ける錠剤・
坐剤などに変更できる
薬もあります



貼り薬



患部に貼って使う湿布剤は主に痛みと炎症を抑える成分を皮膚から浸透させる薬です。

患部を乾かして貼る

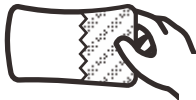
汗や水を拭き取ってから、傷口や湿疹などのあるところや粘膜は避けて貼ります。

温感タイプの湿布は、入浴の直前にはがすと、入浴時に赤く腫れたり刺激が強くなりヒリヒリすることがあります。入浴の30～60分前にはがしておきましょう。

フィルムを半分だけ
はがしてから貼ると
扱いやすい

患部に合わせて
少しずつ引っ張り
ながら貼る

医師の指示に従い
1日1～2回貼り替える



塗り薬



軟膏・クリーム・ローションなどがあります。患部の状態により、塗る量や使用方法が異なります。

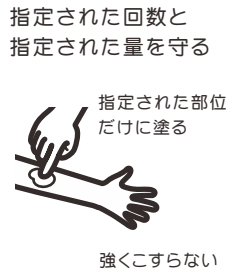
手を洗ってから塗る

まず手を石鹸でよく洗い清潔にします。指定された量を指先にとり、患部に付けてよくのばします。



容器から患部に
直接つけない

使用後はフタを
しっかり閉める



指定された回数と
指定された量を守る

指定された部位
だけに塗る

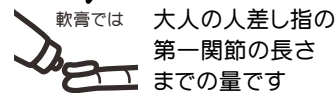
強くこすらない

⑥

FTU とは

『フィンガーチップユニット』
塗る量の目安です

1FTU=約0.5g



軟膏では 大人の人差し指の
第一関節の長さ
までの量です



大人の手2枚分の
面積を塗るのに
適しています

一般的な目安で、口径の大きさにより
多少の差があります

ローションでは1円玉大が約0.5gです

目薬

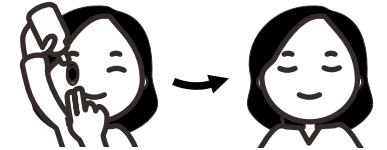


液体の薬を目に直接入れる目薬は目的によって成分が異なります。刺激の強さや使用感もさまざまです。

雑菌が入らないように点眼する

まず手を石鹸でよく洗います。下まぶたを軽く引き、1滴を目の中に確実に入れます。(指定された滴数を点眼します)

点眼後は静かにまぶたを閉じるか軽く目頭を押さえ、約1分間まばたきをせずに待ちます。



パチパチしない

目の周りにあふれた薬は、清潔なガーゼやティッシュで拭き取る

2種類以上の目薬を使う時は

❗ 雑菌が入らないよう、容器の取り扱いに注意

フタを床に
落とさない



容器の先を
皮膚・まぶた・
まつ毛に触れない



.....
続けて点眼すると、先に入れた目薬が後から入れる目薬によって流されてしまうので、5分ほど待ってから点眼します

お薬手帳を活用しましょう



おくすり
手帳

医師

お薬手帳は「いつ、どこで、どんな薬を処方してもらったか」を記録しておく手帳です。

- ◎薬の重複や飲み合わせをチェック
.....安全に薬を使用できます
- ◎市販の一般用医薬品を服用する時も
.....お薬手帳で確認すると安心です

薬を飲んだ後の
体調の変化や
気付いたことも
書きとめて
おきましょう。

作用の現れ方や
体質がわかり、
副作用を未然に
防止するのに
役立つことが
あります。

かかりつけの薬局で
必ず提示しましょう

わからないことや疑問があったら
遠慮をせず薬剤師に相談しましょう

この冊子に記載のない薬(吸入剤・坐剤・注射剤など)は使用方法をよく確認して使いましょう。

⑦