

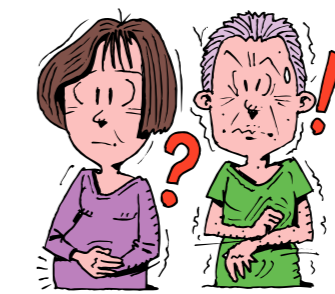
# 知っておきたい 薬の知識

10月17日から23日は、医薬品を正しく使うことの大切さを知ってもらう「薬と健康の週間」です。そこで今回は、服用のタイミングや量、薬の飲み合わせや副作用、飲み忘れたときはどうすればよいかなど、薬に関する知っておきたいことをご紹介します。ぜひ、薬の正しい知識を身につけてください。



## ■薬を安全に使うために

薬に関する最も重要なことは、安全に使うこと。どんな薬にも副作用を起こすリスクがあることを知っておきましょう。



次の方は特に注意が必要なので、薬を使う前に医師や薬剤師に必ず相談してください。  
・アレルギーのある人  
・ひどい副作用を経験したことがある人

- ・医師の治療を受けている人
- ・肝臓や腎臓に疾患のある人
- ・他にも薬を飲んでいる人
- ・授乳中、妊娠中、または妊娠の可能性のある女性
- ・高所作業者やドライバーなど、仕事などで特別な環境にある人

## ■薬を使用して異常を感じたら

薬を使用して異常を感じたら、すぐに医師や薬剤師に相談してください。相談する際は、「何という薬を、どのくらいの量、いつ服用し、どのような症状が出たか」を説明するようにしましょう。副作用の代表的な初期症状には、発疹、かゆみ、胃痛、発熱、だるさなどがあります。



## ■正しい薬の使い方

処方薬にも市販薬にも説明文書が添付されていますので、必ず読んでその指示を守ってください。

### ●服用のタイミング

薬はそれぞれ定められた時間に飲まないとい効果がなかったり、副作用を生じたりします。必ず定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30分～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30分以内)

【食間】 食事と食事の間で、食事の2時間後が目安。食事中に服用することはありません。

### ●定められた通りに飲む

薬は、定められた量より多く飲めばよく効くというものではありません。逆に飲みすぎることで副作用が現れることがあります。また、飲み期間を守ることも大切です。自覚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、完治しにくくなることもあります。薬は正しく飲み切りましょう。



### ●飲み合わせに注意

複数の薬を服用する場合、飲み合わせが悪いと薬の効果が十分に得られなかったり、逆に効きすぎて危険な場合もあります。



薬を他の容器に入れ替えて保管すると、薬の種類や使い方がわかなくなってしまうので、入れ替える際は数日分だけにししましょう。また、

有効期限を過ぎた薬や、見た目に異常のある薬は飲まないでください。

### ●薬を飲み忘れたときは

次の服用時間が迫っている場合は、1回分を抜いてください。ただし、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ので、医師や薬剤師に相談しましょう。



病院にかかる時や薬を買うときは、服用している薬などを必ず伝えてください。  
●お薬手帳は「一冊」  
飲み合わせのリスクや副作用の回避に役立つのが「お薬手帳」です。病院や薬局に行くときは持参して提示してください。



また、お薬手帳を病院や薬局別持っている方がいますが、必ず一冊にまとめてください。病院や薬局ごとにお薬手帳を分けてしまうと、医師や薬剤師に正確な情報が伝わらなくなってしまいます。

## ■ジェネリック医薬品とは

先発医薬品の特許が切れた後に、別のメーカーから販売される先発医薬品と同じ有効成分を使った薬がジェネリック医薬品(後発医薬品)です。最大の特徴は、先発医薬品より価格が安くなっていることです。

ジェネリック医薬品の効能・効果は先発医薬品と変わりませんが、有効成分以外の添加剤や製造方法が同一とは限らないので、まったく同じというわけではありません。



薬は私たちの健康維持に欠かせない存在ですが、正しく安全に使わないと副作用などのリスクを招いてしまいます。特に高齢者は複数の薬を併用することが多くなり、注意が必要です。ご本人だけでなく、ご家族で薬の説明書を読んで用法・容量などを確認し、正しく安全に使うようにしましょう。