

薬とうまく付き合って 健康と安心を!

Vol.29

知っておきたい薬の基礎知識

病気や怪我の治療に役立ち、私たちにとって身近にある「薬」ですが、意外と知られていないことも多く、正しく使わないと副作用というリスクも…。今回は、安全に「薬」と付き合っていくための基礎知識をご紹介します。

まずは薬の種類を知ろう!

薬には大きく分けて「医療用医薬品」と「市販薬(OTC医薬品)」の2種類があります。医療用医薬品は医療機関で医師により処方される薬で、薬局で処方箋により受け取ることができます。OTC医薬品は薬局等で購入できる薬で、使用の際に注意が必要なため薬剤師による説明を受けなければ購入できない「要指導医薬品」と、リスクに応じて第1類〜第3類に分類される「一般用医薬品」に分かれます。ちなみに、「ジェネリック医薬品」とは、新薬(先発医薬品)の特許が切れた後に処方可能な、新薬と同じ有効成分を含み同等の治療効果を有する医療用医薬品のことです。薬代の負担を軽減できるメリットがあります。

薬の飲み方に注意しよう!

薬は決められた量より多く飲んだからといって、さらによく効くというものではありません。逆に副作用や中毒が現れる危険性もあります。また、症状が治まったからといって途中で使用をやめると、病気が再発したり完治しないおそれもあります。必ず医師・薬剤師の説明を守り、正しく使用しましょう。薬には必ず説明文書がついているので、それらに目を通し、保管しておく習慣を身につけることも大切です。以下は、薬を飲むタイミングと飲み合わせの悪い例です。

●薬を飲むタイミング

「食前」…食事の1時間〜30分前
(胃の中に食べ物が入っていないとき)

「食後」…食事の後30分以内
(胃の中に食べ物が入っているとき)

「食間」…食事の2時間後が目安
(食事と食事の間 ※食事中ではありません)

「就寝前」…就寝する30分くらい前
「屯服」…発作時や症状のひどいとき

●一緒に飲むことを避けた方がよい組合せ
・ワルファリンと納豆、クロレラ食品
・カルシウム拮抗薬とグレープフルーツジュース
・風邪薬とアルコール
・眠気防止薬とカフェインを含む飲料

もしも飲み忘れてしまったら、気づいたとすぐに飲むようにしましょう。ただし、次の服用時間が迫っている場合は1回分を抜いて、その次からいつものように飲みます。決して2回分を一度に使用してはいけません。なお、処方してもらった薬はあなたの症状や体質、年齢などが考慮されたものです。仮に症状が似ていても、絶対に他人に譲ったりしてはいけません。

薬は正しく保管しよう!

薬は湿気や光、熱によって影響を受けやすいものです。直射日光を避け、高温にならない場所で保管しましょう。冷蔵庫で保存するよう指示された薬は、凍らせないように注意してください。また、子どもの誤飲事故のうち、医薬品・医薬部外品によるものが14.4%※にのぼると報告されています。薬は子どもの手が届きにくい場所に置き、薬以外のものと区別しておきましょう。万一、誤飲した場合は下記「広島中毒119番」へ直

ちに連絡し、医療機関を受診してください。

薬をより安全に使うには

「お薬手帳」は、あなたが使っている全ての薬を記録するための手帳です。薬局では、薬剤師が手帳を見て、副作用や飲み合わせ、薬の量が適量かどうかをチェックします。薬によるアレルギー経験などを医師や薬剤師に正確に伝えられるというメリットもあります。現在では、スマートフォンで利用できる電子版もあるので、活用してみましょう。なお、これらの服用歴や薬に関する情報を二元的・継続的に把握し、薬学的管理・指導を行ってもらえるため、処方箋は「かかりつけ薬剤師・薬局」に持って行くことをお勧めします。

※厚生労働省「2017年度家庭用品等に係る健康被害情報」

●お薬に関するご相談は…

(公社)広島県薬剤師会 お薬相談電話

Tel.082-567-6093 **相談無料**

◎受付/10:00~12:00、13:00~15:00
(月~金曜日※祝日、お盆休み、年末年始を除く)

●薬・たばこなどの誤飲時の応急処置に関するご相談は…

(公社)広島県薬剤師会 広島中毒119番

Tel.082-567-6099 **相談無料**

またはフリーダイヤル0120-279-119
(ただしご利用は県内から、一般電話と携帯、PHSのみ有効)

◎受付/9:00~17:00(月~金曜日※祝日、お盆休み、年末年始を除く)



一般社団法人
広島市薬剤師会
Hiroshima City Pharmaceutical Association