

元気いっぱい! 生きがい生活 健康づくり 特集

薬の正しい使用法を守ろう



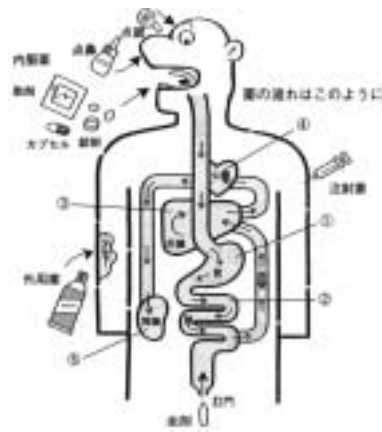
市立吹田市民病院 薬剤部 藤原豊博

薬は病気を治すために役に立ちます。心身に滋養・利益を与えるものですが、適正に使用しなければ、その効果が現れなかつたり、副作用を起す危険性になることもあります。薬をよく知り、正しい使い方を会得して効果を引き出すことが大切です。

薬の飲み忘れを防ぐ工夫

1日3回飲む薬は、食事にとらわれず、1日起きている時間を3回に分けて飲む必要があります。朝食後1回飲む血圧の薬を、食事をしていなかったため、血圧が上がってしまったということもあり。しかし、糖尿病の薬のように食事が絶対に必要な薬もあるので注意が必要です。飲み忘れを防ぐため、飲む時間帯ごとに薬を分類(袋などを

薬が体内で利用され、排泄される仕組み



糖分の吸収を遅らせる薬は食直前に飲みます。食後に飲んで効果はありません。

飲み忘れに気が付いたら?

気が付いたときに飲むことで。しかし、次に飲む時間までどれくらい時間が空いているか確認する必要があります。例えば1日1回の薬は次の回まで12時間以上、1日2回の薬は6時間以上、1日3回の薬は3時間以上それぞれ間隔がある場合には、忘れられた分を飲みます。間隔が短ければ忘れられた分を1回と扱います。

薬の重複

複数の受診したとき、例えばほつこう炎、かぜ、神経痛でそれぞれ処方された痛み止めが胃があれ、胃炎・胃がいろいろ起こすことがあります。また、胃がいろいろで処方された精神安定剤や抗コリン剤、かぜで処方された鼻水止め、更年期障害で処方された精神安定剤の重複服用により眠気が強くなる場合があります。

薬と薬、薬と食べ物との相互作用

抗菌薬と痛み止めの飲み合わせによりけいれんを引き起こします。その他、抗菌薬と直射日光で光線過敏症になったり、

薬の正しい飲み方は?

体を起こし、十分な量(約コップ1杯)の水、またはぬるま湯で飲みます。寝たきりの方などは、30度くらい体を起こして飲ませ、必ず胃に流し込みます。

正しい保管の仕方. 直射日光を避け、湿度が高く、湿気のある場所での保管は避け、食品と一緒に保管しないよう注意。小さな子供の手の届かないところに保管。飲み残した薬や期限切れの古い薬は処分。水薬は冷蔵庫に保管し、カップ、容器の口などは清潔にしましょう。

飲み込む力の弱っているお年寄りは飲んだ後も5分くらいは横にならない方がよいでしょう。

抗生物質と牛乳や胃薬(制酸剤)を飲み合わせることで効果が落ちます。ワルファリン(抗血栓薬)と納豆やクロレラの食べ合わせにより効果が落ちます。また、ビタミンKを多く含むほうれん草やブロッコリーも大量に食べると影響します。

肝臓の機能が弱って起こりやすい副作用として、解熱鎮痛剤の服用が体温の下がり過ぎ、シヨック症状をもたらすことがあります。血圧を下げる薬の服用が急性腎不全を引き起こすことがあります。腎臓の機能が弱って起こりやすい副作用としては、ある種の抗生物質の服用がけいれん、めまい、聴力障害を引き起こすことがあります。血圧を下げる薬

り、くっついたりして、その場で溶け出してしまい、食道に詰まることがあるからです。粉薬などでは、気管から肺に入ってしまう、肺炎を起した例もあります。

薬の吸収は、薬が溶けた状態では遅く、水がなければ溶けにくいため、吸収が遅れ、効果も現れにくいからです。

高年齢者に注意が必要な副作用は? 解熱鎮痛薬と血栓の予防薬により出血しやすくなります。抗菌薬と気管支を拡張する薬により吐き気、不整脈を引き起こします。点眼薬と二つの病の薬の服用により血圧を上昇させるということがあります。

このような副作用は、必ず起こるものではありません。また、薬は勝手に中止してはいけません。場合によっては、薬を飲んでいて、体の調子がいつもと違うと感じたときには、医師や薬剤師に相談することが大切です。