

## 4 薬のこと

### ①薬の飲み方

#### ポイント1

飲み薬は、十分な量の水で、服用時間を守って飲みましょう。薬によっては服用時間を変えてはいけない場合があります。

#### ポイント2

症状がなくなったからといって服用をやめると、病気が再発することや完治しないことがありますので、薬は最後まで飲み切りましょう。

#### ポイント3

薬を飲み忘れたときや吐き気・発疹などの副作用症状があったときなど、薬の服用について疑問や不安に思うことがあれば、医師や薬剤師に相談しましょう。

### ②薬の保管方法

薬は高温、湿気、直射日光をさけて保管しましょう。

冷蔵庫で保管するよう説明があった場合は、凍らせないように注意して保管しましょう。

子どもの誤飲を防ぐためにも、子どもの手が届かない場所に保管しましょう。

### ③かかりつけ薬剤師・薬局を持ちましょう

かかりつけ薬剤師・薬局では、調剤した薬や他の市販薬などもあわせて、情報を把握し、重複や副作用がないか継続的にチェックしてもらえます。

### ④お薬手帳

お薬手帳とは、いつ、どこで、どんな薬が処方されたかを記録する手帳で、薬局でもらうことができます。医師や薬剤師が確認することで、薬の重複や飲み合わせによる副作用を防ぐことができるので、病院ごとに手帳を分けたりせず、必ず一つにまとめましょう。

いつもと同じ薬をもらう場合でも、飲み始めた時期や他に服用している薬などの情報を的確に伝えることが出来るので、常に持ち歩き、薬局で処方箋と一緒に渡しましょう。また、医師や薬剤師に伝えたいことがあるときには、一緒に書いておくと良いでしょう。



#### ちょっと豆知識



薬には「飲み合わせ」があり、この「飲み合わせ」によって薬の作用が強くなったり、弱くなったりすることがあります。一般のドラッグストアで販売されている薬、健康食品にも注意する必要があります。酒などのアルコール飲料・コーヒー・牛乳・グレープフルーツジュース・納豆なども薬の効き目に影響をあたえることがあります。不明な点は、薬剤師などの専門家にお尋ねください。