

# おくすりの話



## 薬の種類

薬には、内用薬(口から投与する薬)だけでも、「液剤」「散剤(粉薬)」「顆粒剤」「錠剤」「カプセル剤」などがあり、薬の作用の仕方(作用してほしいところで作用するように)や効果があらわれるまでの時間、薬の服用のしやすさなどが考えられています。

例えば、飲み込みが苦手な患者さんには、口の中で溶ける薬「口腔内崩壊錠」や、薬の成分を含んだフィルムを皮膚に貼ることで、薬の成分が肌を通して直接血液の中に吸収される薬「経皮吸収型全身製剤」があります。

錠剤やカプセル剤が飲みにくい人は、医師・薬剤師に相談すると、その人に合った薬に変えられる場合もあります。

## 薬を飲むタイミングは？

薬は決められた量、回数、飲み方(食前、食後、食間など)を守らなければいけません。決められた量よりも多く飲んだり、短い間隔で飲むと薬が効きすぎて副作用を起こすことがあります。また、少なく飲んだり、間隔を長くあけて飲むと、十分な効果が現れないこともあります。

**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)

※食事中の服用ではありません。

## 重複投薬

一人の患者さんが、複数の医療機関で診察を受けている場合、よく使われる抗生物質や胃薬など、同じ薬効の薬がそれぞれの医院で処方されることを「重複投薬」といいます。かかりつけ薬局を持ち、重複投薬にならないよう管理してもらいましょう。

皆さんは適切な方法でお薬をのんでいますか？

薬は病気やケガを治したり、症状を止めてくれたり、私たちの体に大切な役割を果たしてくれますが、正しく使わなければ思わぬ副作用を引き起こすこともあります。薬を安心して使うためには、正しい知識を知ることが大切です。「薬と健康の週間(10月17日(土)から23日(金))」に、老人クラブ女性会主催の在宅医療の講座で薬剤師さんから「おくすりの話」をお聞きました。

## 処方せんの有効期限は？

処方せんの有効期限は発行日を含めて4日間(日曜日・祝日を含む)です。病院を受診し、医師の診察を受けた時点での症状を考慮し、適切な薬が処方されますので、処方せんが交付された日から日数がたってしまうと、診察を受けたときは症状が変わってしまい、薬を飲んだとしても正しい効果が得られない場合や安全性の面でも心配があります。処方せんを受け取ったら、なるべく早く薬局で薬を受け取り、服用を開始することが大切です。

期限を過ぎてしまうと、処方せんは「無効」となるため医療機関への再受診が必要となります。

## 相互作用(飲み合わせ)に注意！

食べ物と薬や、複数の薬の飲み合わせによっては十分な効果が得られなかったり、体に悪影響をおよぼします。薬が増えるとリスクが増える事もありますので、異常を感じたら医師や薬剤師にご相談ください。

相互作用を起こしやすい食品(薬の種類にもよります)



## 薬に使用期限はあるの？

- 市販薬には使用期限が表示してあるものがありますが、病院で処方してもらった薬はそのときの症状に合わせて出しているため、飲み切るのが一番です。
- かゆみ止めなどチューブの薬に使用期限があるものは未開封の期限です。空気にふれると品質が落ちるので早めに使い切るのが一番です。

## 余った処方薬の使い回しはダメ！

処方薬は、症状や体質や年齢など、その人の事を考え適切な量を処方します。たとえ家族でも余った薬を使い回すのはやめましょう。また、症状が似ているからといって、安易に薬を他人にあげたり、もらったりして服用することも避けましょう。

お子さんの薬は体重で決められている場合が多いです。子どもの体は成長過程のため、年齢によって体重が大きく変わり成長が著しい時期は1年で体重が数kg程度増加します。以前もらった薬などは効果が十分得られない可能性があります。

## 抗生物質を飲み切っていますか？

「症状がおさまったら、もう飲まなくてもいいのでは？」と思うかもしれませんが。たとえ症状がよくなっても、体内には原因となった細菌が残っている可能性があります。途中で飲むのをやめると再び細菌が増殖し、症状がぶり返してしまう恐れがあります。また、残った細菌から薬に対して抵抗力を持った耐性菌が生まれる可能性もでてきます。

処方された抗生物質は用法・用量を守って必ず飲み切ってください。また、抗生物質の使い回しは絶対やめましょう。