



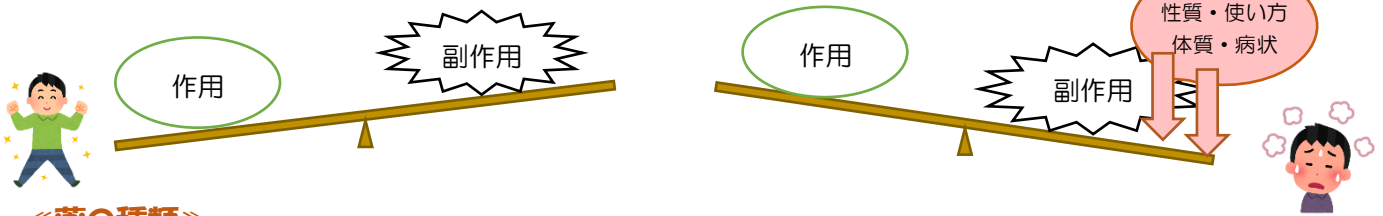
薬について知ろう！



大昔から人類は痛みや症状を和らげる効果のある植物・鉱物等を見つけ出し、用いてきました。長い歴史のある薬はもはや生活の一部ともいえるほど身近なものですが、どの薬も作用だけでなく副作用もあり、使い方を間違えると重大な症状を引き起こすことも。安心して使うために、薬について知っておきましょう。

※作用（効き目 効能・効果）：薬の本来の目的である有益な作用

※副作用（リスク 副反応）：期待しなかった作用



《薬の種類》

種類	内容	注意点
医療用医薬品	医療機関で病気・症状・体質・年齢などを考慮して処方される薬。	医師・歯科医師が作成した処方箋が必要。 薬局で受け取る。
市販薬 (OTC 医薬品)	症状に合わせて薬局などで購入できる薬。	＜要指導医薬品＞ 劇薬 薬剤師から対面での情報提供や指導が必要。
		＜一般用医薬品＞ 第1類～第3類 リスクに応じて分類。購入・相談は薬剤師や登録販売者が対応。

《安全・効果的に使うために》

項目	ポイント
説明書を必ず読む！	どんな薬でも必ず説明書がついている 飲む（塗る・貼る）前に、必ず読む 副作用対策としても説明書は保存しておくといよい
使用するタイミングを守る！	食前（食事の60～30分前 胃の中に食べ物がない状態） 食後（食後30分以内 胃の中に食べ物がある状態） 食間（食事と次の食事の間 目安：食事の約2時間後） 就寝前（就寝する30分前） 頓服（発作時や症状のひどい時）
量・期間を守る！	多く飲めばよいという訳ではない（副作用や中毒症状が出ることも） いつまで飲むかは自己判断せず医師の指示通りにする
飲み合わせに気をつける！	飲み合わせが悪いと、薬が効きすぎたり効かなくなったりする 複数の薬、サプリメントの使用は薬剤師に伝える 薬の種類によっては一緒に摂取しない方がよい食品もある
正しく保管する！	湿気・日光・高温を避けて保管 有効期限を過ぎた薬は捨てる 他の容器に移し替えない

《こんな時、どうする?》



Q. 薬を飲み忘れた! どうしたらいい?

- A. 飲み忘れに気づいたらすぐに飲みましょう。ただし、次の飲む時間が近づいている場合は、飲み忘れた分は飲まずに、次回から通常通りのタイミングで飲みましょう。2回分まとめて飲むのは×です。薬の種類によっては、タイミングがずれるとよくないものもあるので(糖尿病薬など)、飲み忘れがちな場合は、医師や薬剤師に事前に聞いておくといいですね。



Q. 飲み忘れや受診日がずれたせいで薬が余っているのですが。

- A. 処方薬が余っているときは、受診時に医師に残薬の数を伝えてください。次の処方日数を調整してくれます。

Q. たくさんあるので、家族に分けてもいい?

- A. 処方薬の場合は、その人の症状や体質を考慮して出されているので、他の人にあげることはやめましょう。風邪薬・鎮痛薬などの市販薬は、説明書を読み、年齢に合わせた用量を飲むようにしましょう。

Q. 違う症状が出てきた! 次の受診まで待つべき?

- A. 薬を使用して発疹やかゆみ、だるさ、発熱等違う症状が出た場合は、受診日まで待たずにすぐに医師か薬剤師に相談してください。また、副作用と思われる症状が出た時も必ず医師か薬剤師に相談しましょう。

Q. 子供が間違えて飲んでしまった! どうすればいい?

- A. まずは、子供の状態を確認してください。薬の名前、飲んだと思われる量をメモして、すぐに専門の相談機関に連絡しましょう。意識がない、ぐったりしているなど緊急性が高い場合は、救急車を呼びましょう。



相談機関

- ★「子供医療電話相談」 #8000 (全国同一の短縮番号。休日・夜間対応)
- ★「中毒110番・電話サービス(一般専用)」
大阪中毒110番 072-727-2499 (365日24時間対応)
つくば中毒110番 029-852-9999 (365日9~21時対応)

《薬にまつわるトピックス》

★電子版お薬手帳・電子処方箋★

自分の薬の服用歴が記載されているお薬手帳。近年は、アプリを使用した電子化も進んでいます。また、2023年1月より開始された「電子処方箋」とも連動して、服薬の重複を避ける・処方箋紛失の心配がない・過去の服薬歴が把握できるなど、さらにメリットが増えました。機会があれば使用してみてもよいですね。



★インターネット購入★



本來說明や処方箋が必要な薬をインターネットで個人売買・海外サイトから個人輸入するなど、危険な行為が後を絶ちません。思わぬ副作用の出現や健康を害する恐れがあるため、違法サイトでは購入をしないようにしましょう。