



10月17日から23日は



「薬と健康の週間」は、薬の正しい使い方や、薬剤師の役割について知ってもらうための全国的な取り組みです。高校生のみなさんも、薬との正しい付き合い方を学んでこれから活かしていきましょう。

薬の正しい使用について

ポイント1

薬を飲むタイミングを守ろう

- 決められたタイミングで飲まないとう効果が出なかったり、副作用を生じたりします。

ちなみに、、、「食間」とは食事中に飲む薬ではありません。食事と食事の間に飲むものです。(食事の2時間後が目安)

- 薬は「コップ1杯の水 or ぬるま湯」で飲むようにしましょう。ジュースやお茶は薬の効き目を変えてしまうことがあります。(少ない水では薬がのどに張り付いて炎症を起こす可能性もあります)



ポイント2

薬の用法・用量を守ろう

- 病院で処方された薬などは症状が治まったからといって使用をやめてはいけません。病気が再発したり、完治しないことがあります。自己判断をせず、医師・薬剤師に相談しましょう。
- 決められた量より多く飲んでも早く治りません。副作用や中毒の恐れがあります。
- 薬を飲み忘れてしまった場合でも2回分をまとめて飲むことはしないでください。



ポイント3

薬の飲み合わせに気をつけよう

- 複数の薬を使用している場合、飲み合わせが悪いと薬が効きすぎたり、十分な効果が得られないことがあります。食品やサプリメントも飲み合わせの悪いものがあります。必ず医師や薬剤師に今使っている薬やサプリメントなどを伝えましょう。

やりがちかも！？要注意！！

皆さんが病院を受診して処方された薬を「医療用医薬品」といいます。

医師などがその人の病気、症状、体質、年齢などを考えて処方しているため、たとえ、同じ症状でも絶対に他の人に渡してはいけません。



また、自己判断で以前処方され余った薬を使用してはいけません。症状が似ていても原因が違ったり、薬の使用期限が切れている、保存状態によっては薬が劣化しているなどの可能性があります。