

くすりの正しい使い方



平成23年9月8日
播磨薬剤師会
蓬萊 茂希



健康と病気

病気かなと感じたとき皆さんはどうしますか？



身近な人に相談



安静にする



市販薬を飲む

医師の診察を受ける



くすりが病気を治すの？

くすりを使わないと治らないのでしょうか？

生物は、もともと、自分で病気や怪我を治す力を持っています。

これを**自然治癒力**といいます。

くすりは自然治癒力を助ける働きがあり、自然治癒力だけでは補えないときの手助けをします。

(恒常性、免疫力、再生力)



くすりって何？

昔は自然界にある物質を、くすりとして利用してきました。

例えば、ききょうの根は痰を切り咳を止めるくすりとして利用されてきました。



くすりって何？

漢方薬

病気や傷などを治す目的で植物・動物・鉱物など、自然界にある物質を経験的に見つけ出したものを、くすりとして長年利用していました。

西洋薬(新薬)

化学的に合成されたもの

- 抗生物質などのくすりが果たした役割は、決して小さいものではありません。
- 手術をしなくても治るようになった病気もたくさんあります。



「薬局医薬品」・「一般用医薬品」

「薬局医薬品」

医師の処方せんをもって薬局で調剤される(処方せん医薬品)と呼ばれるものと、薬局のみで販売されるくすりがあります。



「一般用医薬品」

薬局やくすりの店舗販売業で自由に買うことのできるくすり。自由に買えますが、店頭薬剤師さんに、よく相談して正しく使用するようにしましょう。

くすりの種類と形

くすりの種類は大きく3つに分けられます

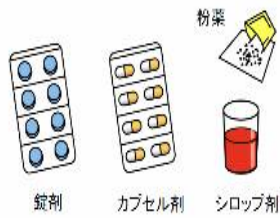
外用薬

消化管を経由しない
(皮膚、粘膜を利用する薬)



内服薬

消化管を経由する

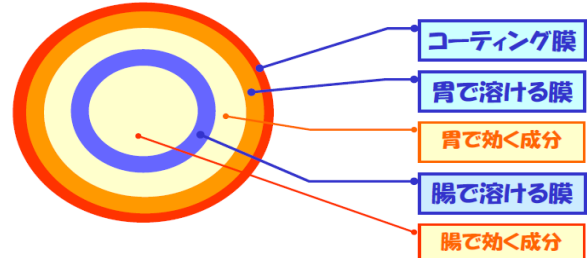


注射薬 直接、体の中に入れるくすり

ある錠剤を半分に切ったものです。

「錠剤」にはこんな
「仕掛け」もあります

例えば・・・



カプセル

カプセルの中の顆粒に、
このような工夫を加えることがあります



例えば・・・
胃溶成分の顆粒

即効成分

鎮痛成分

腸溶成分の顆粒

遅効成分

解熱成分

くすりの使い方1

粉薬・錠剤・カプセル剤の服用方法

- 水を少しだけ飲んで口の中を湿らせます。
- 粉薬・錠剤・カプセル剤を口の中に入れます。
- コップ1杯の水かぬるま湯でくすりを飲み込みましょう。

ドライシロップ剤の服用方法

- 決められた量の水に溶かし、よくかき混ぜます。
- 粉薬が沈まないうちに飲みます。
- ジュースなどに溶かすと苦くなることがあるので、必ず水に溶かしましょう。

くすりの使い方2

塗り薬の使い方

- くすりを塗る部分と、自分の指先をきれいに洗いましょう。
- 決められた量を指先に付けて患部に塗りよく伸ばします。
- チューブから直接患部に塗ってはいけません。
- 塗った後もきれいに手を洗いましょう。



くすりの使い方3

坐薬の使い方

- 排便を済ませます。
- 包装シールからくすりを取り出し、先のとがった方を肛門にあてて押し込みます。
(温めると入れやすくなります)
- 入れた後はティッシュペーパーで、10秒ほど肛門を押さえます。

目薬の使い方

- まず、手をよく洗いましょう。
- 容器の先がまつ毛や、まぶたに触れないようにしてくすりをさします。

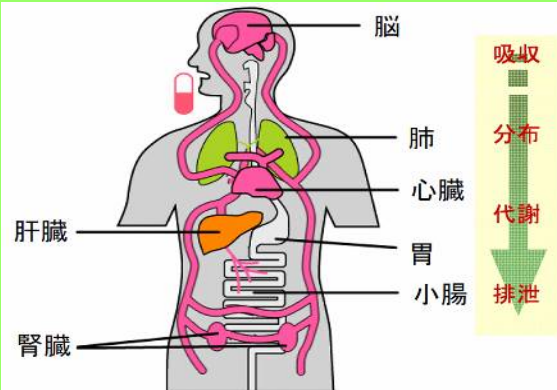
くすりの用法・用量とは

用法	飲む時間
食前	食事をする30分前
食後	食事が終わったあと30分以内
食間	前の食事から2～3時間後
寝る前	寝る直前または30～60分前
頓服	必要な時だけ
その他	「何時間ごとに」と指定

くすりと食事の関係はとても大切です



くすりの働き方



くすりを飲む時の注意

- ・十分な水またはぬるま湯で飲みましょう。
- ・勝手に錠剤をつぶしたり カプセルをはずさないようにしましょう。
- ・自分の判断で薬は勝手に中止しないようにしましょう。
- ・薬のやりとりはしてはいけません。



くすりの保管について

家庭での保管はくすり以外のものと区別しましょう



農薬・殺虫剤などと区別

飲み薬と塗り薬は区別して保管

ほかの容器への入れ替えはダメ

くすりの保管について

温度、湿気、直射日光に注意して保管しましょう

- 室温で保管。 直射日光は避けること。
- 車の中に置いておくことは厳禁。
- 必ず冷蔵庫に入れておかなければならないものもあります。

用語	温度
常温	15～25℃
室温	1～30℃
冷所	1～15℃



くすりの保管について

乳幼児・小児の手の届かない所に保管しましょう

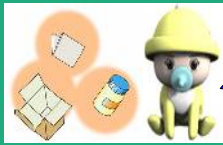
- 赤ちゃんや小さいお子さんがいる場合は、手の届かぬところに置かないようにしましょう。
- もし、間違えて飲んでしまったら、大変なことになります。
- 不要のくすりを捨てる時も、小児の目に触れないように処分して下さい。



くすりの保管について

箱や袋、説明書などは使い終わるまで保管しましょう

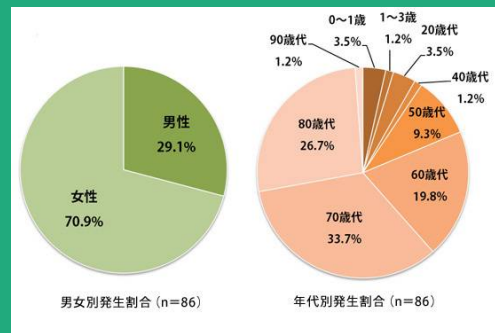
- 説明書には、くすりの名前、成分、用法・用量や効能・効果、副作用など大事な記載があります。使い終わるまでくすりと一緒に保管しておきましょう。



くすりを受け取った日付・薬局の名前を書いておくと、副作用の発生時に役に立ちます

くすりの保管について

病院や薬局でもらった薬は1錠ずつ切り離して保管しない



1錠単位に切り離した薬をPTP包装のまま飲み込んでしまった例