

# 私と健康

# 薬の悩み 解決します



誰でも一度は薬を飲んだ経験はあるでしょう。薬は病気を治す手助けをしたり、予防してくれたりと確かに便利です。しかし、身体にとっては異物なので、使い方によっては毒にもなります。薬は正しく使って、はじめて有効なものになります。そこで、今回は主婦のあん子さんと共に薬の知識を深めていきましょう。

(shiloann)



— このところ家事に追われていたあん子さん。疲労がたまって体調を崩してしまったようです。  
**Q. 体調が悪いわね。あら、昔のお薬が残ってるわ。これ使っちゃっていいわよね？**

A. 薬には使用期限があります。ほとんどの薬の場合、その期限を目安にしていれば問題ありません。しかし中には表記のない薬もあります。その場合は3年を基準にして考えた方が良いでしょう。また、開封済の薬の場合は別です。開封した薬は1年が目安ではありますが、保管の仕方によって変化します。

また、病院からもらった処方薬はその時の症状のためだけに処方されたものです。したがって、以前にももらった薬が同じように効くとは限りません。処方薬は余ったら処分しましょう。



— そこで、薬ももらいに行こうとしたあん子さん。

**Q. 薬局に置いてあるお薬と病院でもらうお薬って何か違うのかしらね？**

A. 一般的に薬局で売っている薬を「市販薬」、医師からもらう薬を「処方薬」といって区別します。市販薬は、薬の説明書に従い、主に自分の判断で使用するものです。大抵の症状に効くように、様々な成分が入っていて、効き目は人によって違いますが、一般的に作用が穏やかなものとなっています。

処方薬とは、医師が症状を診断して処方箋を発行し、薬剤師が調剤することにより用いられるものです。処方薬は必要な成分を微妙に調整し、より確かな効き目を期待するものですから、種類が多く出されることがあります。

— 医者に診察してもらい薬ももらったあん子さん。そこで疑問が湧いてきました。

**Q. 薬の飲み方には食前や食後とかの指示があるけど、どうしてなのかしら？**

A. 薬を飲む時期は、通常、食事に合わせて決められており、「食前」「食後」「食間」などに分けられます。この理由は、食前薬は胃の中に食物が入っていると吸収が悪くなる薬、また食事時に効かせたい薬であるため、食後薬は消化管への刺激を和らげるためなどです。また、食間というのは、食事の後、約2時間後のことなので注意しましょう。



— 自分の薬が食後に飲む薬と確認したあん子さん。しかし、食後にうっかり寝てしまい飲むことができませんでした。

**Q. お薬飲み忘れちゃったわ。今飲んじやだめかしら？**

A. 原則気づいた時に飲みますが、次の服用時間が迫っているときは1回飛ばして、次の服用時に決められた量を飲みましょう（薬によっては飲む時間が決まっているものもあるので注意しましょう）。しかし、忘れたからといって複数回分を一度に飲むことは、どんな時もしてはいけません。



いかがだったでしょうか？ 知らなかったことや間違っ覚えていたことがあったでしょうか？ 以下にあん子さんが気づけなかったことで注意すべき点を挙げておきます。

- 薬をもらった時は、必ず名前を確かめましょう。
- 薬に関する質問は、その薬をもらった薬局に問い合わせましょう。
- 医者から処方された薬は自分だけのものなので、他人には渡さないようにしましょう。
- 薬を服用中に医師にかかる場合は、薬を飲んでいる旨を言いましょう。薬袋ごと薬を持参し、見せるとよいでしょう。

最後に注意ですが、薬は病気を治すものではなく、自身の治癒力を助けるものです。病気を治すのは自分自身です。薬に頼りきらずに、正しい使い方で病気を撃退しましょう。

はみだし  
すてーじ

だれでも最初は1年生。  
⇒だれでも卒業はできません。

(薬・1 ハルヒ)  
(単位のご利用は計画的に編)