

Tea Time

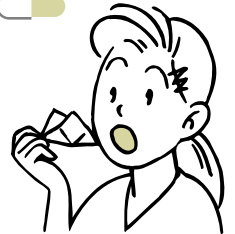
ティー・タイム

お元気ですか

薬の正しい飲み方



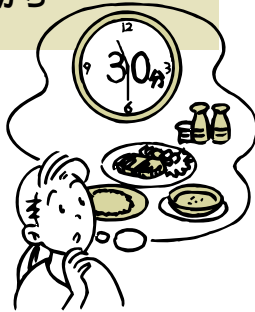
よく効く薬だからといって、早く治るものならという気のあせりから、ついその服用量を増やしたりしがちですがもちろん禁物。服薬には、その人の病気の症状、程度、体質などに合わせて時間・分量・用法が決められています。必ず医師の指示を守りましょう。また、売薬の乱用は副作用などの危険があるばかりか、医師の診断の妨げにもなるので注意しましょう。



食前、食後とは、いつのこと？

食前とは、食事する30分から1時間前のこと

食前に服用する薬は、胃の中に食べ物が入っていないとき、つまり、薬を濃厚な状態で作用させるのが目的ですから、少なくとも食事の30分前から1時間前に飲んで下さい。



食間とは、食後2時間ぐらいのときをいう

食間とは読んで字の通りで、食事と食事の間という意味で、ふつう食後2時間ぐらいを目安にします。

4時間ごと、6時間ごとと指示している意味

食事とは関係なく時間の指定のあるものは、薬の血中濃度、組織中濃度を一定に保つために、そうした時間の指定がなされています。ですが、病状によって厳密な指示がない限り、多少の時間のズレはあまり気にしなくてもよいでしょう。



食後とは、食事後30分ごろまでのこと

食後に服用する薬とは、胃の中にある食べ物と混じらせることを目的としていますが、ふつうは食後30分までをいうものです。それくらいまでなら、充分食べ物と混じり合う時間なので、特に指示がなければその間に服用すればよいのです。

薬の保存法は？

薬の保管は原則として30度以下にしてください。高い温度の中では、薬効が減退してしまうからです。ですが、氷結させてはいけない水剤もあるので、液状のものは2～10度ぐらいの冷蔵庫に入れてください。そうすれば、光をさえぎる役割も同時に果たすので、薬を長持ちさせることができます。

MEMO

 富士火災海上保険株式会社

担当