

ことぶき薬局 055(977)6024 FAX055(977)0890 たまち薬局 054(251)1678 FAX054(251)1685
ひまわり薬局 053(463)4312 FAX055(460)4612 みかん薬局 053(584)2230 FAX053(584)2240

おくすりの飲み方・使い方Q & A

今回は、お薬の基本的な飲み方などについておさらいしましょう。

Q1・「食前・食後・食間」というのは具体的にいつごろ飲めばいいのでしょうか？

A 1

食前.....食事をする30分くらい前に飲んで下さい。

胃の中に食物がはいっていると吸収がよくない場合、食事どきにお薬の効果を効かせたい場合などに指示されます。食欲増進剤、吐き気止め、漢方薬などがこれに該当します。

食後.....食事をしてから30分くらい後までに飲んで下さい。

空腹のときに飲むと消化管を刺激してしまう場合に指示されます。解熱鎮痛剤、ステロイドなどがこれに該当します。

食間.....食事をしてからおよそ2時間後に飲んでください。

食間とは「食事と食事の間」のことをいいます。食事によってお薬の効果が影響を受けてしまう場合に指示します。漢方薬、胃薬などがこれに該当します。食事中に飲む「食中」とよく間違われるので注意しましょう。

このほかにもいろいろな飲み方があるのであわせて紹介します。

食直前.....食事を始める直前に飲んで下さい。

一部の糖尿病薬がこれに該当します。食事の後では効果が出なかったり、逆にお薬が効き過ぎたりしてしまうことがあるため、飲む時間はしっかり守りましょう。

就寝前.....寝る30分くらい前に飲んで下さい。

薬の効果が現れる時間を考えると、この頃が一番よいでしょう。便秘薬、睡眠薬などがこれに該当します。

とん服.....症状があるときに飲んでください。

服用する時間は決まっていません。症状が辛いときに緊急的に飲むお薬です。たとえば吐き気止めや下痢止めなどがこれに該当します。

Q2・薬はお茶、ジュース、牛乳と一緒に飲んでもよいのでしょうか？

A 2

お茶.....あまり濃いものでなければ、問題ないと考えられています。

ジュース.....アンピシリンやエリスロマイシンなどの抗生物質を分解することがあります。またグレープフルーツジュースは一部の高血圧薬や免疫抑制剤の効き目に影響するので避けたほうがよいでしょう。

牛乳.....テトラサイクリン系抗菌薬(ミノマイシン)と一緒に飲むと薬の吸収が低下する場合があります。

こうした影響があることを考えると、やはり、基本的にはお薬は水または白湯で飲むのがもっともよいといえるでしょう。

Q 3 ・ アルコールを飲んでいるのですが、薬になにか影響があるのでしょうか？

A 3

アルコールはそれ自体に中枢神経系を弱める作用があり、また肝臓に作用したり、薬の代謝にも影響を及ぼしたりするので、薬の作用が高まったり弱まったりすることがあります。特に肝機能が低下している人は肝臓への負担が増加する、睡眠薬を飲んでいる人は薬の作用が強まるといったことがあるため注意が必要です。

Q 4 ・ 薬があまってしまったため保存しておきたいのですが、いつまで薬は使えるのでしょうか。また、どんな方法で保存したらよいのでしょうか。

A 4

薬には、冷蔵庫保存の必要のある薬と、室温で保存しておいても問題ない薬とがあります。開封後は、湿気で薬が変質しないように乾燥剤と一緒にし、缶などの密閉された容器で保存しておくのがよいでしょう。（ただし、温度が高くなる場所は避けてください。）

冷蔵庫保存をする必要のある薬

- ・ シロップなどの内服液剤（ただし鉄剤がはいっている場合は冷蔵庫で固まる場合がありますのでさけてください）
- ・ 坐薬
- ・ 点眼剤
- ・ 生物学的製剤（インスリン製剤など）

薬の有効期限や使用期限は箱や包装などに記載がある場合もありますが、記載のないときは下の期限をだいたいの目安にしてください。

のみ薬、粉薬、坐薬、軟こう、クリーム	6 か月～ 1 年
内服液剤、シロップ剤	7 日以内
点眼剤	開封後 1 か月

この他にも患者さんひとりひとりにあわせたお薬の飲み方があります。詳しいことについては薬剤師にお気軽に相談してください。



文責・聞間

くすりと健康の相談室（静岡県薬剤師会）

<http://www.netkobe.gr.jp/hpa/topics/topics002.html>

<http://www.dm-net.co.jp/kankosin/84/01.htm>