

お薬は正しい用法で飲みましょう

薬を飲む時間には主に4つのタイプがあります。

食後

食後とは、食事が終わって20～30分後までのことです。食後の薬は飲み薬の中で最も多いタイプです。食事の後は胃の中に食べたものがあるので、胃への刺激が少なくなります。主に食べ物と一緒にのほうが吸収が良くなる薬や、空腹時に飲むと胃を荒らす薬などは食後に飲みます。

食間

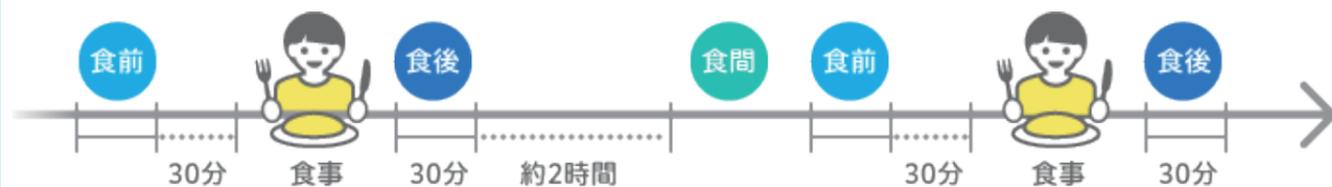
食間とは、食事の最中だと思われる方も多いようですが、食事と食事の間という意味で、食事を終えてから約2時間が目安です。空腹の状態に飲むと吸収が良い薬や、胃の粘膜を保護するための薬などは食間に飲みます。

食前

食前とは、食事の20～30分前のことです。食べ物や胃酸の影響を受けたくない薬や、糖尿病の際に食事で高くなる血糖値を下げるための薬などは、食前に飲むことが多くなります。また、胃の調子を整える食欲増進剤や、食べたあとの吐き気を事前に抑える薬などは食前に飲むと効果的です。

食直前

食直前とは、食事を摂る5分～10分前と言われているのですが、まさに食事の直前で、食事がすでに目の前のテーブルに置いており、「いただきます」を始める前に飲むイメージです。



食直前に服用しないといけない 糖尿病治療薬の例

① α -グルコシダーゼ阻害薬

お薬としては、ベイスン®[ボグリボース]、グルコバイ®[アカルボース]、セイブル®[ミグリトール]等がある他、関連するジェネリック医薬品があります。

② 速効型インスリン分泌促進薬

お薬としては、スターシス®[ナテグリニド]、ファスティック®[ナテグリニド]、「グルファスト®[ミチグリニド]」等があります。他、関連するジェネリック医薬品があります。

用法が食直前である薬は用法をしっかりと守らないと低血糖を起こしたり、薬の効果が十分に現れないことがあります。もし食直前の薬を飲み忘れてしまった場合は、基本的には1回分とばして次回からきちんと飲むようにしましょう。

ただし、飲み忘れたことに気付いた時間が「食中」であれば間に合う場合がありますので、あらかじめ医師、薬剤師にご確認下さい。

お気軽に薬剤師にご相談ください

食事の時間が不規則で、いつ薬を飲んだらいいかわからない場合はご自身で判断せずに薬剤師に相談しましょう。

食前に飲んでも食後に飲んでもあまり効果が変わらない薬もあります。食事が不規則な場合は、等間隔の時間を決めて飲むと良いでしょう。その際は、お腹への負担を減らすためにも多めのお水で飲んでください。

糖尿病の薬など食事をしない場合には飲んではいけない薬もあります。また、食前でないと、あるいは食後でないと十分な効果が出ない薬もあります。

ご自分の薬が該当するか分からない場合は、必ず医師、薬剤師に確認してください。



かかりつけ薬局があれば安心です。

第2号

わたや薬局だより



選んでください あなたの かかりつけ薬局に。

かかりつけ薬局があれば、安心です。

薬を安心・安全に使用する「3つのポイント」

- 1 ふだんから利用する薬局を、1つ選んでおきましょう**
使用する薬を1つの薬局で把握することで、薬の重複や相互作用(注意する飲み合わせ)を防げます。
- 2 調剤された薬や購入した薬について、その薬局で、継続的に管理してもらいましょう。**
患者さんの薬の使用記録を残しておくことで、過去の副作用の有無なども確認でき、薬を安全に使用できます。
- 3 なんでも相談できる薬剤師を見つけましょう**
薬のことはもちろん、健康食品や介護用品などのご相談も承ります。

「かかりつけ薬局」では、

- あなたが使用されている、医療機関からの薬や市販の薬について、一元的・継続的に管理し、薬の重複や相互作用を防ぎます。
- あなたの薬の使用記録(薬歴)を作り、きめ細かい薬剤管理・服薬指導を行います。
- 薬の効果や副作用などについて、継続して確認します。
- 飲み残しや飲み忘れがないよう薬物治療をサポートし、残薬を減らします。
- 在宅療養中の方には、ご自宅等にお伺いして、薬剤管理・服薬指導を行います。
- いざというとき、困ったときは、休日・夜間でもご相談をお受けします。

「薬」のこと、「健康」のこと、薬剤師に、なんでもお気軽にご相談ください。
かかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師は、安全・適正な医薬品の使用をサポートします。



日頃より大変お世話になっております。
とても暑い夏を越えて、やっと秋らしい風も感じる時期になりました。
また今年は地震や災害などで大変な思いをした方もおられると思います。
少し過ごしやすくなったこの時期に体を労ってあげて下さい。
また年に1~2回はメンテナンスを兼ねて健康診断をお願いいたします。

わたや薬局 職員一同

わたや薬局

電話番号

0942-82-3283

佐賀県鳥栖市弥生が丘2丁目20

【営業時間】月~水曜 9:00~19:00 木曜 9:00~17:00 金~土曜 9:00~19:00

【閉局日】年末年始、ゴールデンウィーク、お盆