

# 10月17日～23日は、「薬と健康の週間」

## ～ 知っていますか？ 薬の正しい使い方 ～

10月17日～10月23日は、『薬と健康の週間』です。

医薬品を正しく使用することの大切さ、そのために薬剤師が果たす役割の大切さを一人でも多くの方に知ってもらうために、ポスターなどを用いて積極的な啓発活動を行う週間です。この機会に、薬の正しい使い方について理解を深めましょう。

### 薬は正しく使いましょう！

病気やケガの治療などで大切な役割を果たす「薬」。しかし、程度に差はありますが、薬は効き目（効能・効果）だけでなく、副作用という「リスク」も併せ持っています。重い症状では死に至ることもあります。そこで、薬を安心して使うためには、薬に関するリスク、正しい使い方や保管方法を知ることが大切です。

そして、薬の服用歴が分かる「お薬手帳」や、薬について身近に相談できる「かかりつけ薬剤師・薬局」を持つことも有効です。

### 薬のリスク -副作用の可能性-

副作用とは本来の目的と別の作用のことで、例えば眠気やのどの渇きといった軽いものから、肝機能障害やアレルギー反応の一種であるアナフィラキシーなどの重い症状まで様々です。ただし、薬を使用すると必ず副作用が現れるものではありません。もし現れたとしてもその症状は服用した人や薬によって異なりますが、次に当てはまる人は特に注意が必要です。

- ☑ アレルギーがある
- ☑ 過去にひどい副作用を経験している
- ☑ 肝臓腎臓などに病気がある
- ☑ 他の薬を使用している
- ☑ 妊娠中、あるいは授乳中の女性など

薬の使用中に何か異常を感じたら、すぐに中止して医師や薬剤師に相談しましょう。「薬の名前、使用した量・期間、どのような症状が出たか」を説明できるようにすることが大切です。

### 薬の種類とは

薬は「医療用医薬品」、「要指導医薬品」、「一般用医薬品」の大きく3つに分類されます。さらに「一般用医薬品」の場合は、第一類から第三類までの3種類に分けられます。

### 薬の正しい使い方と保管方法

- ① 使用前に説明書をよく読みましょう。
- ② 用法・用量、タイミングを守りましょう。



- ③ 薬の形状（錠剤・カプセルなど）に注意。むやみに噛んだりつぶしたり、カプセルをはずさないようにしましょう。
- ④ 薬の飲み合わせに注意しましょう。

### 保管方法

- 湿気、日光、高温を避けましょう。
  - ☑ 容器のふたや栓を固く閉める
  - ☑ 直接日光に当てない
  - ☑ 暖房器具などから離す
  - ☑ 冷蔵庫で保存するよう指示された薬は凍らせないようにする
- 薬以外の物と区別し、他の容器に入替えないようにして、古い薬は廃棄しましょう。

