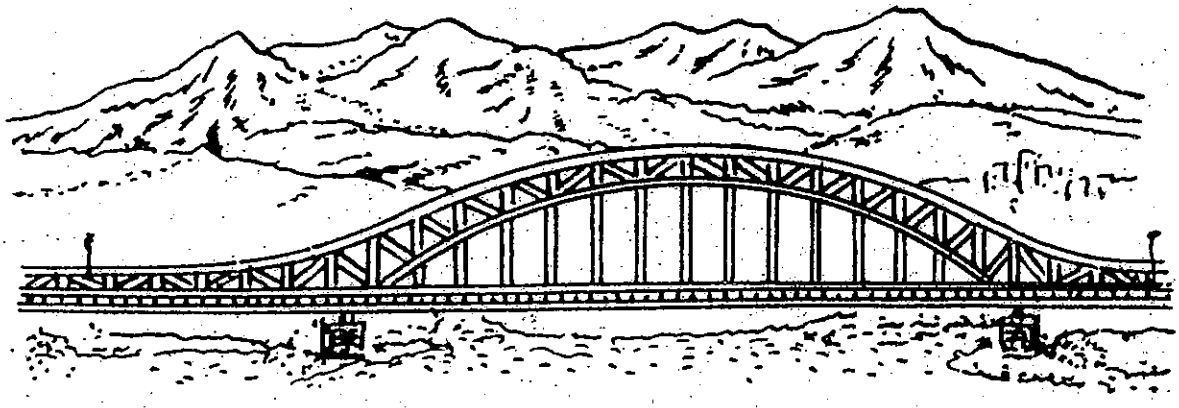
知っておきたい

くすりの豆知識



（大雪山と旭橋）

市立旭川病院　薬剤科

目　次

1. 薬の形と使い方 …… (1)

2. 薬が体に効くしくみ …… (11)

3. 薬ののみ方 …… (13)

4. 薬の保管のしかた …… (15)

5. 薬と上手に付き合うために …… (16)

・病院の薬はオーダーメイド …… (16)
・のみ合わせの副作用について …… (16)
・薬をのんで起きること …… (17)
・のみ忘れを防ごう …… (19)

6. 薬をのむ時のきまり …… (20)

1．薬の形と使い方

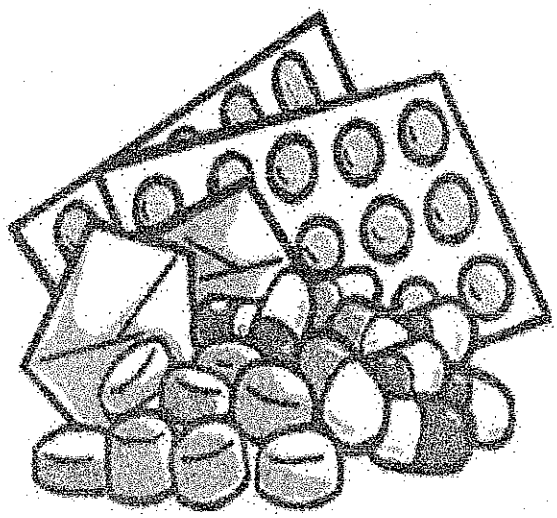
薬は、効果を出すためにさまざまな形があります。
すぐに効く薬やゆっくりと作用する薬など効き方もさまざまです。

まず、のむ薬がどんな種類の薬なのか、その薬はどういう性質があるのかを知り、適切な使い方をしなくてはいけません。
このことは薬の事故を防ぐためにもとても大切なことです。

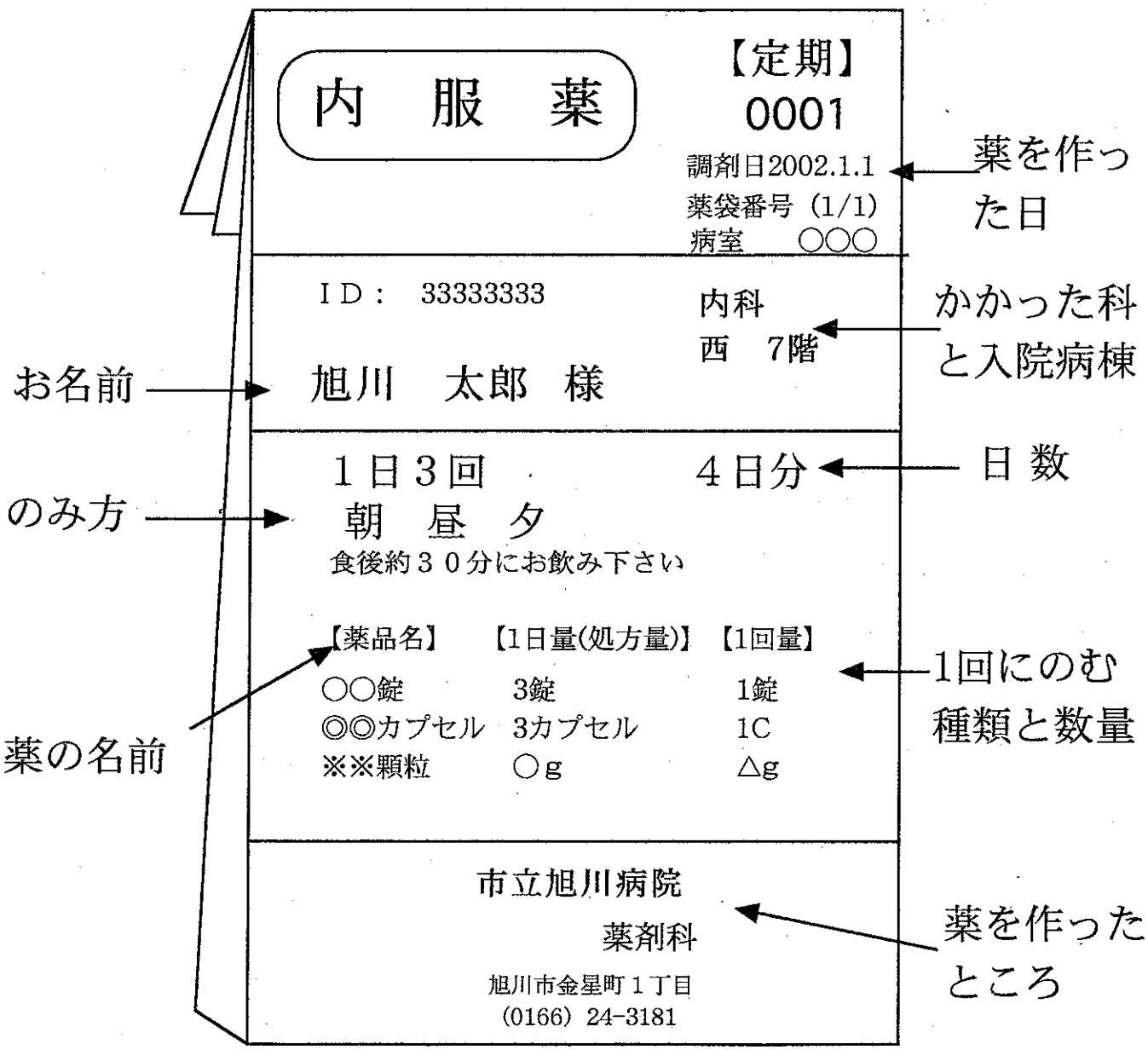
決められた時間に服用するのには理由があります。

見慣れているはずの薬の袋に書かれていることがらも、理解したことが間違っていないかを今一度確認しましょう。

安全に、しかも的確な効果を得るために薬の種類と使い方を考えてみましょう。



薬袋の見方


内　服　薬
【定期】
0001
調剤日2002.1.1
薬袋番号（1/1）
病室　○○○
薬を作った日
ＩＤ：　33333333
内科
西　7階
かかった科と入院病棟
お名前
旭川　太郎　様
１日３回
４日分
日数
のみ方
朝　昼　夕
食後約３０分にお飲み下さい
【薬品名】　【1日量(処方量)】　【1回量】
○○錠　3錠　1錠
◎◎カプセル　3カプセル　1C
※※顆粒　○g　△g
1回にのむ種類と数量
薬の名前
市立旭川病院
薬剤科
旭川市金星町１丁目
(0166) 24-3181
薬を作ったところ

内服薬（経口薬）

〔錠剤〕

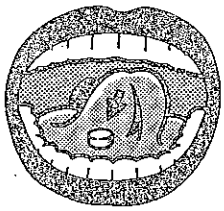
のみやすい形に圧縮して作ったものです。
用量が正確で、携帯や使用に便利な上、薬の表面に薄膜をつけるコーティング加工をすると、味や匂いを気にすることなくのむことができます。
また、胃腸での安定性、溶解性を調節できるという特徴を持っています。
錠剤は、歯でかんだり、砕いたりしない方が効果的です。

糖衣錠 …… 表面を砂糖の膜で包みのみやすくしています。

フィルムコーティング錠 …… 表面を水溶性の薄い膜で包んでいます。

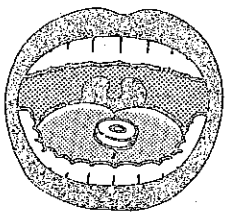
腸溶錠 …… 腸の中で溶ける薬です。
薬効を損なわずに目的のところで効かすことができます。

舌下錠 …… 舌の下で速やかに溶け口の粘膜から直接に薬を吸収し、効果を発現します。



錠剤が完全に溶けるまでは、のみ込んだり、かんだりしないでください。
ニトロール、ニトログリセリン、ニトロペン等は成分を効率よく吸収させ、速やかに心臓などへの効果を現します。

トローチ錠 …… 口内で徐々に溶解して口腔や咽喉（のど）などの粘膜に殺菌消炎効果が長時間持続します。



かみ砕いたり、のみ込んだりせずに、完全に溶けるまで長く口に含んでください。
万一、途中でのみ込んでも心配ありません。

ＯＤ錠 …… 口の中の唾液で速やかに溶ける錠剤です。
水なしで服用できます。

〔散剤〕

薬を粉末、顆粒状にしたもので、一人一人に合わせて調合します。
小児にのみやすい甘い味等のついた、水に混ぜても使えるドライシロップがあります。

〔カプセル剤〕

カプセル剤は、ゼラチンカプセルに粉末や顆粒、液状の薬を詰め込んだものです。
のむ時に、カプセルを外さないでください。

〔液剤〕

液剤は、薬を、水、アルコールなどに溶かしたものです。
のみやすくしたシロップ剤、アルコールを含み甘味と香りをつけたエリキシル剤があります。

外用薬

体の外側に用いる薬の総称です。

〔外用液剤〕

注入剤 …… 耳や鼻、尿道、膀胱などに注入して、洗浄、消毒、麻酔、保護などするものです。

含嗽剤 …… 咽喉、口腔を洗浄し、消毒などの目的に用いるものです。
(うがい薬)

湿布剤 …… ガーゼまたは脱脂綿にひたして、患部に使います。
殺菌、消炎を目的とします。

吸入剤 …… 口を開けて吸入器で薬を吸入します。
ぜんそくの発作やかぜをひいたときに、気管拡張、去痰、せき止めなどを目的とする薬です。

噴霧剤 …… 薬液を、噴霧器（ネブライザー)を用いて霧状とし、咽喉または鼻腔などに噴霧します。殺菌、局部麻酔、消炎など目的とする薬です。

浣腸剤 …… 肛門から直腸に注入する液剤です。
排便、洗浄を目的とする浣腸と、薬物の吸収または腸内における局所作用を目的とする浣腸があります。

塗布剤 …… 薬を水、エタノール、エーテル、グリセリン、植物油などに溶かしたり混ぜたりして作り、皮膚または粘膜に塗る薬です。

消毒剤 …… 有害な微生物または病原体を死滅させるか弱くして、伝染や感染の能力を失わせるものです。

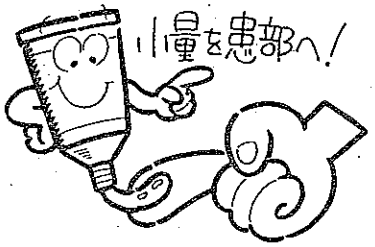
耳鼻用液剤 …… 点鼻液は鼻腔に滴剤、エアゾール、洗浄剤の形で用いられます。
アレルギー、殺菌、消炎などの目的に使われます。
耳あかの軟化や殺菌、消炎にも用います。

外用液剤は、のまないように注意して下さい。
用い方や適用法、適用部位も十分理解した上で、過剰に使わないようにすることが必要です。

〔軟膏剤〕

皮膚や粘膜に塗って使う薬です。
軟膏に似たものに、ローション剤、クリーム剤等があります。

軟膏の使い方



医師の指示に従い塗ります。

①塗る前に、まず手をよく洗って清潔にします。
②少量をとり、患部に薄く延ばします。
③容器のふたをしっかり閉めて、冷暗所に保存しましょう。
④保存状態が悪くて薬と油分、水分が分離したものは使えません。

〔坐薬〕

一定の形状に成型して、肛門または膣に用いる固形の外用剤です。
坐薬は、痔の薬のように局所に使うものと、解熱、鎮痛薬のように全身作用のものがあります。
消化管を通らないので胃腸障害がありません。

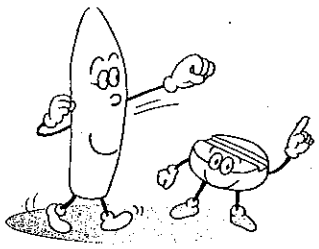
坐剤の使い方

医師の指示に従い使用します。

①坐薬の後部をつまみ、先の丸い方から局所に挿入します。
②挿入は、中腰の姿勢で肛門や膣の奥に入れしばらく（4～5秒）おさえてから立ち上がると挿入できます。
③挿入後、しばらく（20～30分間）激しい運動を避けるようにして下さい。

★挿入方法のもう一つの方法として、横向きで寝て、上になった方の足のひざをおなかまで深く曲げる方法があります。（腹圧がかかると入りにくくなるので）口で呼吸をして、息を吸う時肛門の力を抜くのです。肛門の括約筋が締められるので坐薬がでてくることはまずありません。

・排便後、入浴後または就寝前に挿入することが望ましい。
・挿入が困難な場合は、坐薬を体温で温めるか、水にぬらすと挿入しやすくなります。
・溶解している場合は使わないで下さい。
・室温ないし室温以上の温度では、変化を起こすことがあるので、冷所で保存します。



〔目薬（点眼液・眼軟膏）〕

点眼液の使い方

医師の指示に従い点眼します。

①手を石鹸でよく洗う。
（ついうっかりしてしまう事ですので、習慣づける）
②下まぶたを指で軽く引き、1～2滴おとす。
（ただし、医師の指示があった時はそれに従う）
この時、容器の先がまぶたやまつげに触れないように注意する。
③点眼したあとは、まぶたを閉じて、約1分間目をつぶっている。
点眼後に、軽く目頭を押さえるとより効果がでる。
④目からあふれてしまった目薬の液は、清潔なガーゼやティッシュで拭き取る。

眼軟膏の使い方

医師の指示に従い塗ります。

①手を石鹸でよく洗い、軟膏の先を清潔なガーゼかティッシュで拭く。
②下まぶたに薬をつけるので鏡を見ながら行う。下まぶたを軽く引き、チューブの先がまぶたやまつげ、眼球に触れないようにして、チューブを少し押して下まぶたに薬をつける。
③まぶたを閉じ、まぶたの上を軽くマッサージする。
④使い終わった薬のチューブの先を、清潔なガーゼかティッシュで拭き、ふたをする。

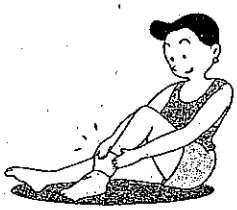
「冷暗所保存」などの指示がある場合は、冷蔵庫に入れます。
冷蔵庫に入れると効果がなくなる薬もあるので気をつけましょう。
点眼後は、しっかりふたをして、薬袋などに入れて不潔にならないようにします。
保存方法の指示がない時でも、直射日光を避け、なるべく涼しい所におき、薬液が蒸発したり、細菌が入らないようしっかりふたをして保存します。
幼児や痴呆のお年寄りが、誤ってのむと危険なこともあるので保存に注意します。

♣注意点

①懸濁型の点眼液は、よく振ってから使用します。
②用時溶解型の点眼液は、使用する時に溶解し、よく振って溶かしてから使います。
③薬が2種類以上ある場合は、後の薬は、前の薬の点眼後5分位おいてから点眼します。
④使い方、使う量は守りましょう。
⑤容器に記載されている使用期限を守って使い、治癒後は残った薬は捨てるようにします。
⑥他の人には貸さないこと。

参考資料「日本眼科医会パンフレット」

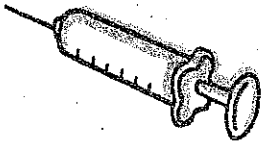
〔貼付剤〕



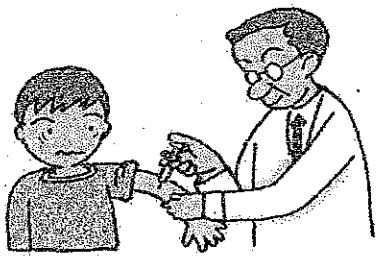
薬を適当な基剤に均等にまぜて、泥状にするか板状などの一定の形に作ったものです。皮膚に貼って用います。
作用範囲から、局所用と全身用に分けられます。
局所用は湿布薬等で、全身用は心臓病やホルモン療法に用いられています。
貼る場所によって効き目が違ってきます。たとえば、心臓病に効く貼り薬では足の裏や手のひらなど、皮膚の固いところは吸収が悪くなりますが、あごの下など、皮膚が柔らかく毛穴が発達しているようなところは、吸収が良すぎて、副作用が起こることもあります。

刺激のある貼付剤は、傷ついた皮膚や粘膜および湿疹のところには使用できません。
保存する時は、薬効の変化や乾燥・吸湿および粘着力の低下を防ぐために、直射日光や高温や湿気を避けてなるべく低温で保存します。気密容器にするとよいでしょう。

〔注射剤〕



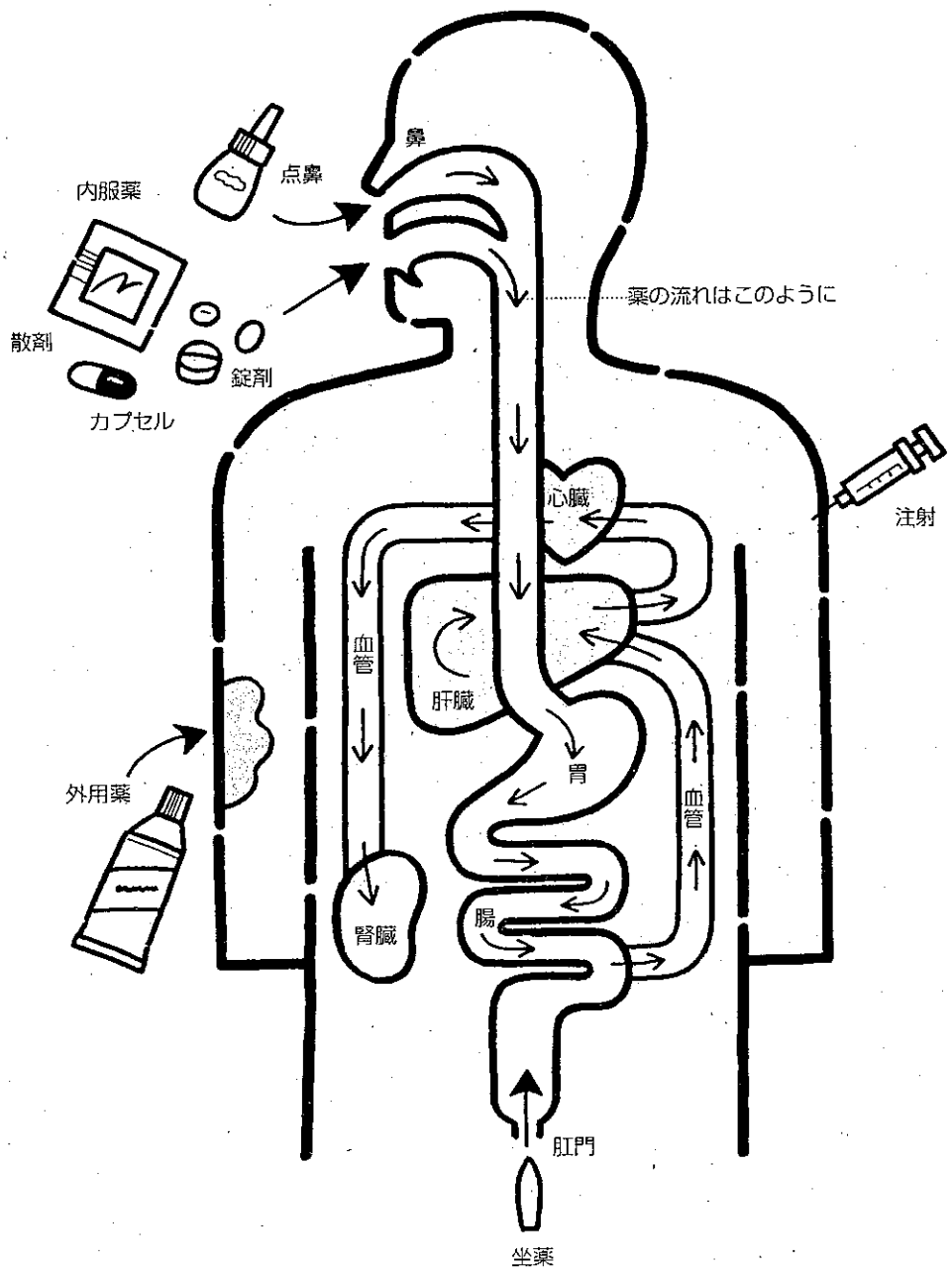
注射剤は、皮膚内、筋肉内、血管を通し、体内に直接用いる薬です。
胃腸（消化器官）を通らずに、直接血液の中に入る薬です。
内服では分解されてしまうか、消化管で吸収されない薬を使う時や、すみやかに薬の効果を発揮させなくてはならない場合に適しています。薬をのめない時も用います。



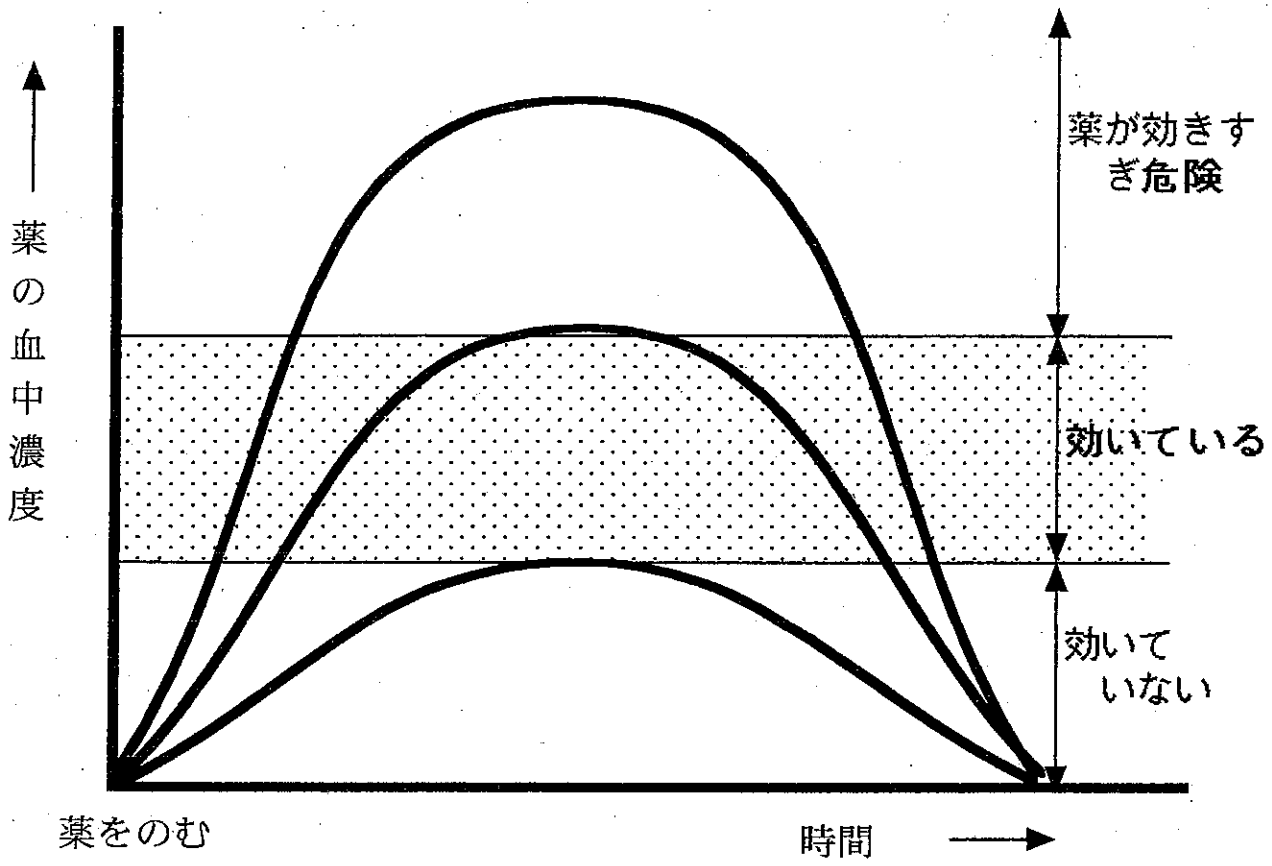
2. 薬が体に効くしくみ

薬をのんだら、効果を期待しますが、個人差がでてきます。
薬は体に入ってから、どう流れていくのでしょうか。また全身をめぐった薬はその後どうなるのでしょうか。

【薬はこうして体の中に入ります】



〔薬の血中濃度〕



薬をのむと上のグラフの様に血液中の薬の濃度が変わります。

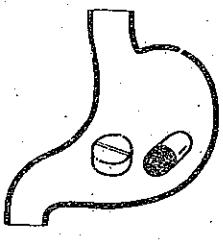
薬はちょうど良い量を用いることでその効果を発揮します。
ですから、その量が多すぎると薬の作用も強まり、副作用や中毒を起こしてしまいます。
しかし、少なすぎると薬の効果がなくなってしまいます。

3. 薬ののみ方

薬はコップ1杯の水かぬるま湯でのみましょう

薬が溶けるためには、ある程度の水分が必要です。また、十分な水分と一緒に飲まないと、錠剤やカプセルがのどにつかえて、炎症などを起こしかねません。
水分を制限されている人以外は、必ずコップ1杯程度の水かぬるま湯でのみましょう。

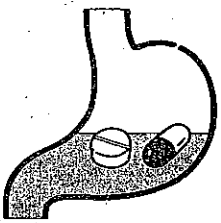
①「食前」とは食事の前おおよそ30分から1時間前のことです。



【食前】
食事のおおよそ30分前に服用

食前の特徴として、食事前の胃はからっぽなので、薬の種類によってはのむと胃液で分解されて素早く吸収され、効果の発現が早くなることがあります。
胃の粘膜を刺激しない穏やかな薬が多いです。

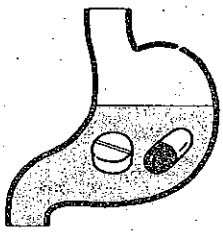
②「食間」とは、食事後おおよそ2時間以上経過した時のことです。



【食間】
食事のおおよそ2時間後に服用

「食間」というのは、食事と食事の間という意味です。たとえば、朝食と昼食の間、昼食と夕食の間というように、食事をしたあと2～3時間たってからのんで下さいという意味です。

③「食後」とは、食事をしてからおおよそ30分のことです。



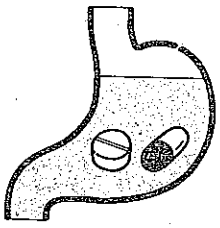
【食後】
食事のおおよそ30分に服用

「食後」と指定のある薬は、およそ食後30分にのんで下さいということです。
食事をした直後に薬をのむと、効き方が強く出ないで、ジワッと効果を現します。胃を荒らすことも少なく、効く時間も長くなります。また、一部の消化剤や消化酵素剤も「食後」と指定されますが、これらは、食後でなければ薬の効果が発揮できないからです。

④「食直前」とは、食事の直前にのむということです。

食事を始める前（10分以内）くらいでのみます。
食物のカロリー吸収に関する薬等があります。

⑤「食直後」とは、食事が終わったらすぐにのむということです。



【食直後】
食事後直ちに服用

ビタミンA・Dのように脂溶性の薬は、食事直後にのむと良く吸収されます。食事をすると、胃液が増えるだけでなく、薬自体が食物に付いて徐々に作用しますので副作用がでにくくなります。

⑥「就寝前に」とは、就寝前おおよそ30分にのむことです。

睡眠薬などはそれぞれの人の就寝前でいいのですが、時間が大きくズレると効果がなかったり、効きすぎたりすることがあります。「寝る前」とはいつごろなのかを医師、または薬剤師に相談しましょう。

⑦「○○時間毎に」とは、食事に関係なく一定の間隔でのむことです。

体の中で持続的効果を期待する薬（抗生物質など）は食事に関係なく、一定の間隔でのみます。ただし、安眠、休養も必要ですので多少時間がずれてもかまいません。

⑧「頓服薬」は、痛む時、熱が高い時、眠れない時など、必要に応じてのみます。

「頓服薬」は、症状を一時的に改善する薬です。医師の指示をよく守ってのんで下さい。
すぐ効かないからといって何回ものむのはとても危険なことです。

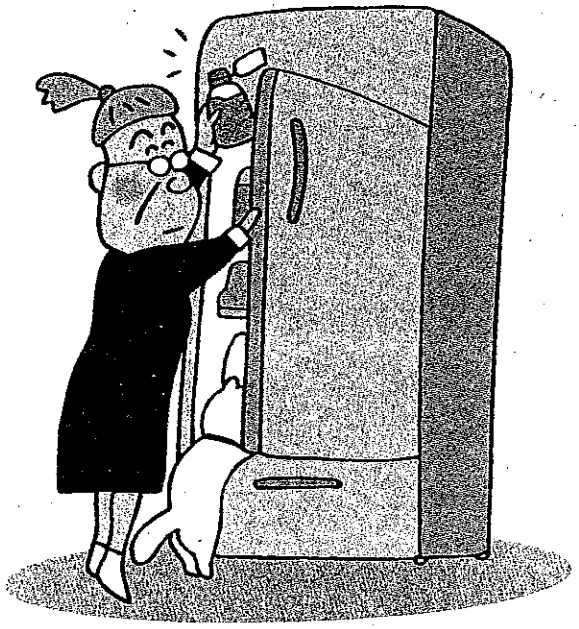
4. 薬の保存のしかた

保存に関して、指示のあるものは、指示通りに保存してください。

一般的に薬の保存場所は「冷暗所」、気温が低くて**直射日光にさらされないところ**が原則です。さらに付け加えれば、湿度が低いところならなおよいでしょう。

家庭内でそういう場所を探すと、冷蔵庫がベストといえそうです。ただし、粉薬の場合は、冷蔵庫内で結露してしまう恐れがありますので、乾燥剤と一緒にフタの閉まる缶など密閉容器に入れてしまうとよいでしょう。

また、小さな子供がいる家庭では、開けにくい容器に入れ、子供の手の届かないところにしまうなど、誤って口にしないよう気配りする必要があります。



5. 薬と上手に付き合うために

・お医者さんの薬はオーダーメイド

病院・医院からの薬は「医療用医薬品」といって、医師がひとりひとりの患者さんの症状や体質を診断したうえで、用量や使いかたを決める、いわば**「オーダーメイド」**の薬です。
医療用医薬品は、その患者さんだけに合わせて処方された薬ですので、症状が似ているからといって、決してご家族や他人に分け与えたりしないでください。

・処方された薬は勝手にやめない

医師が処方した薬は、ご自分の判断で勝手にやめてはいけません。
たとえば、高血圧の患者さんの場合、薬をのむことによって頭痛や肩こりなどの症状が軽くなることがありますが、決して高血圧そのものが治ったわけではありません。
薬で血圧をコントロールし、動脈硬化や脳卒中、心臓病など、命にかかわる病気を防ぐ必要があるのです。
また、薬の種類によっては、急にやめると症状がさらに重くなることも決して少なくありません。
処方薬は、医師の指示どおりのむ ――― これが大切な心がけです。

・のみ合わせの副作用について

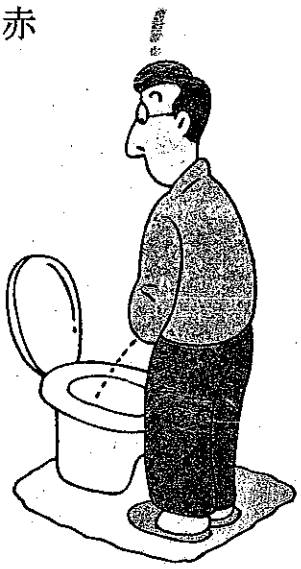
2種類以上の薬を併用すると、それぞれの成分同士が体の中で相互作用（お互いに影響し合う作用）を起こして、作用が強くなったり弱くなったり、好ましくない副作用が起こることがないとはいえません。
一口に「のみ合わせ」といっても、悪い場合と良い場合があるわけです。悪いのみ合わせを防ぐためには、新たに薬を買ったり処方されたりするとき、必ず医師・薬剤師に、いま服用している薬のことを話すことが、何より大切な心がけです。

・薬をのんで起きること

尿や便の色が突然変わったらだれでも心配になってしまいます。薬をのんだ影響で尿や便の色が変わることがあるのです。不安な時は、医師・薬剤師に問い合わせて不安を無くすことが病気の治療の意味からも大切なことです。
これらの色調変化の原因は服用した薬剤そのものの色であったり、薬剤が体内で代謝され変化するために起こることもあります。このような変化は一時的なもので、ほとんどの薬剤は服用をやめた時点から正常にもどります。
正常な尿の色は黄褐色または淡黄色を呈するのがふつうです。
しかし水分のとり方の少ないときや汗をかいたときは、尿量が減り色も濃くなりますし、逆に水分をたくさん飲めば尿が薄められ色も薄くなります。
正常な便の色は胆汁のビリルビンの色により黄褐色から暗褐色ですが、肉食が多ければ黄褐色に、植物性の食物が多ければ黄色に、葉緑素や鉄分を多く含む物を食べれば緑黒色になります。
代表的な薬をあげてみました。

・尿の色調変化

- アザルフィジンEN ➡ 黄赤色
- アスベリン、アドリアシン、セフゾン、ダウノマイシン、チエナム、デスフェラール、ファルモルビシン ➡ 赤色
- アドナ ➡ 橙黄色
- アルドメット ➡ 褐黒色
- アローゼン、キネダック、チネラック ➡ 黄褐色～赤
- オダイン ➡ 琥珀色～黄緑色
- カルベニン ➡ 茶色
- 次硝酸ビスマス ➡ 黒色
- トリテレン ➡ 蛍光を発する
- ノバントロン ➡ 緑～青緑～青色
- ファーストシン ➡ 赤～濃青色
- フラジール ➡ 暗赤色



◦フラビタン ➡ 黄色
◦リマクタン ➡ ピンク～赤～赤褐色

・便の色調変化

◦セレニカR、テオロング、ペンタサ ➡ 白色粒
◦ファーストシン ➡ 赤～濃青色
◦フェログラデュメット、フェロミア、インクレミン（鉄剤）➡ 黒色
◦プロルモン ➡ 黒色
◦ミノマイシン ➡ 黄褐～茶褐、緑、青色
◦メサフィリン ➡ 濃緑色
◦薬用炭 ➡ 黒色
◦リマクタン ➡ 橙～赤色

・その他

リマクタン、アザルフィジンENはソフトコンタクトレンズを着色することがあります。

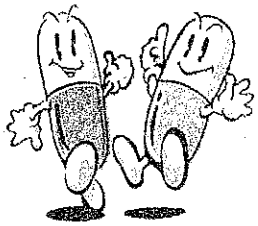
〈メモ〉

◦のみ忘れを防ごう

腕時計のアラームを薬をのむ時間に合わせておく、服用時間になったらご家族や職場の同僚に注意してもらう、あるいは、のみ忘れを防ぐために工夫されたピルケースを利用するなど、薬をのみ忘れないための方法はいろいろあります。
ライフスタイルや性格に合った方法を、それぞれ工夫してみるといいかもしれません。
そして、のみ忘れを防ぐために何より大切な心がけは、処方されたクスリが、ご自分の健康を守るためにどのように役立つのかを医師や薬剤師によく聞いて、十分に理解しておくことでしょう。
また、交代勤務など、お仕事の都合で服用時間が守りにくい人は、あらかじめ医師に相談しておくことも大切です。

◇服用を忘れたときは、
絶対に2回分を一度にのまないでください。

6. 薬をのむ時のきまり



1. 毎日決まった時間にのみましょう。

2. 医師の指示に従い、決められた量を決められた日までのみましょう。

3. 他の人からもらった薬をのんではいけません。

4. 他の人に自分の薬をあげてはいけません。

5. 前の病気の時にもらった薬をのんではいけません。

6. 薬はいつも整理しておきましょう。

私たち薬剤科スタッフは、皆様とともに効果的で、安全な医療をご提供できるよう努力をしております。

疑問点、心配な点など、お気軽にお問い合わせ願います。

お早い回復をお祈りいたします。

病棟　　階　　担当薬剤師

2003.7