

# ほのか診察室



シリーズ

第137話

## 知っておきたいクスリのリスクと正しい使い方

市民病院  
医療技術部  
薬局 監修

病気やケガの治療などで大切な役割を果たす「薬」。しかし、薬は効き目（効果）だけでなく、程度に差はありますが、副作用という「リスク」も併せて持っています。薬を安心して使用するためには、薬に関するリスク、正しい使用方法や保管方法などを知っておくことも大切です。また、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「かかりつけ薬局」、「かかりつけ薬剤師」を持つことも有効です。

### ①クスリのリスク

薬の副作用は、本来の目的とは別の

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さまざまです。しかし、薬を使用すると必ず副作用が現れるわけではありません。もし現れたとしても、その症状は服用した人や薬によつて異なりますが、次の項目に当てはまる人は注意が必要です。

- ・アレルギーのある人
- ・過去にひどい副作用を経験したことがある人
- ・肝臓・腎臓など、薬の成分を代謝・排泄する臓器に疾患のある人
- ・妊娠しているまたは妊娠の可能性のある女性、授乳中の女性
- ・高齢者

薬を使用中に何か異常をきたした場合は、一度使用を中止して、早めに医療機関に受診し医師に相談をするようにしましょう。自己判断での中止・休薬は症状を悪化させる場合があります。

### ②クスリの正しい使い方

使用前には説明文書をよく読む

お薬説明書には、その薬の用法・用量や効果・効果のほかに、使用上の注意や副作用に関することが記載されています。使用前には目を通すようにしましょう。

- ・用法、用量、タイミングを正しく守る
- ・飲み薬は「決められた量より多く飲めば、さらによく効く」というものではなく、逆に副作用や中毒などが現れる危険もあります。薬を飲むタイミングも同様です。

- 「食前」 食事の30分から1時間前（胃の中に食べ物が無いとき）
- 「食後」 食事30分以内（胃の中に食べ物があるとき）
- 「食間」 食事の2時間後が目安（食事と食事の間）

※食事時の服用ではありません

「食直前」 食事をとる直前（糖尿病の薬が多い）

・薬の飲み合わせ

複数の薬を使用している場合、飲み合わせが悪いと十分な効果が得られなかったり、逆に効き過ぎて体に悪影響を及ぼしたりする場合があります。ほかに、食品やサプリメント（栄養補助食品）の中にも、飲み合わせが悪いものもあります。

また、複数の医療機関から薬が処方されている人も注意が必要です。医療機関を受診する際は、診察前に医師や看護師、薬剤師へ必ずその旨を申告しましょう。その際に、「何という名前の薬を、どのくらいの期間使用し、どのような症状が出たか」を説明できるとよりよいため、「お薬手帳」などを有効活用しましょう。

