

日頃より会営薬局をご利用いただきましてありがとうございます。深く感謝いたします。

暑かった夏がひと段落し、朝晩は涼しく過ごしやすくなり、「読書の秋」「スポーツの秋」「食欲の秋」など楽しみが多い季節となりました。

しかしながら、これから空気が乾燥してくる時期でもあります。乾燥した空気が鼻やのどの粘膜を刺激して、咳や痰、のどの痛みなどの症状が現れやすくなります。これら呼吸器系や、他に大腸、皮膚なども乾燥の影響を受け、便秘や皮膚の乾燥に注意が必要です。

加湿器を使用したりして、適度な湿度(50~60%)を保ちましょう。また、口の渇き、肌の乾燥、便秘が気になる時は、お白湯や温かいお茶などで水分をこまめに摂りましょう。皮膚の保湿にはクリームやローションなどを使いましょう。

インフルエンザなどの感染症も増えてくる時期です。手洗い、うがい、マスク着用など、これまで通り続けていきましょう。重症化予防のためのワクチン接種もご検討下さい。

会営薬局 職員一同

薬の正しい使い方

～薬を飲むときに注意していただきたいこと～

★薬はどれくらいの量の水で飲めばよいのでしょうか？



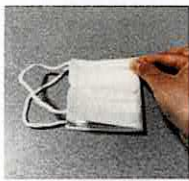
薬はコップ一杯(180~200cc)の「水」か「ぬるま湯」で飲むのが一般的です。水の量が少ないと、薬が食道に張り付いて炎症などを起こすことがあります。

また、水なしで飲むと、薬が壊れにくくなり、薬の効きめが遅くなったり低下することがあります。

薬は水と一緒に飲むことで胃の中で壊れて、吸収されやすくなりますので、できるだけ水(ぬるま湯)で飲むようにしましょう。口腔内崩壊錠(こうくうないほうかいじょう：だ液だけでも飲める薬)も、口腔内からは吸収されないで胃の中へ落とし込む必要があります。服用後には、水を飲むようにしましょう。ただし、水分制限など水分を摂り過ぎないように指示されている場合は、医師の指示に従って飲んでください。

マスクの基礎知識 正しいマスクのつけ方・はずし方

②つけ方



1)マスクの裏表を確認し、顔に触れる方を内側にしてマスクを半分に折り、マスクのプリーツを全て広げる。



2)鼻、口、あごを覆う。



3)鼻部分をノーズフィッターに合わせ、片手で押さえながらもう片方の手でマスクの下部分が顎まで覆うように広げる。



4)ゴムひもで耳にしっかり固定させる。



5)マスクと顔の間の隙間をなくし、フィットするよう調節する。

●ポイント

マスクの表面には、病原体がついている可能性があるため、使用中は触らないようにします。触った手で、眼などをこすらないようにします。

①手洗い



石けんと流水でよく手洗いをします。アルコール製剤による手指消毒でもかまいません。

③外し方



1)マスクの表面を触らないように、片耳のゴムひもを持ち、顔からはずす。



2)反対側のゴムひもを持ち、顔からはずす。
※ゴムひもの部分だけを持ち、マスクの表面には触れないようにします。

④廃棄方法



マスクの本体を触らないようにゴムひもの部分だけを持ち、蓋のついたゴミ箱に廃棄する。

検査値の聞き取りにご協力ください！

検査値を薬剤師が確認することのメリット

①薬の効果を確認することができる

検査値を通して薬剤師が薬の効果を把握することで、薬の効果は十分得られているか、効果が強く出すぎていないかが分かります。得られたデータは記録に残し、経時的に効果をみていきます。

例) 血圧を下げる薬 尿酸を下げる薬 血液が血管内で固まるのを防ぐ薬 など



薬が新しく始まってから検査値はどうですか？
バッチリですね！今の調子で続けてくださいね！

②副作用の予防、早期発見につながる

薬によっては副作用が現れる前に、検査値によって副作用の可能性を事前に予測することができます。

また、薬の代謝、排泄の過程で肝臓や腎臓など、臓器へ負担が出ていないか確認することができます。

例) 悪玉コレステロールを下げる薬 抗がん剤 など



今回の血液検査で急に数値が上がっている項目がありますね。
薬の影響も考えられます

③検査値によって減量が必要な薬のチェックができる

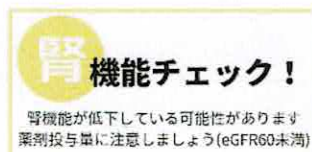
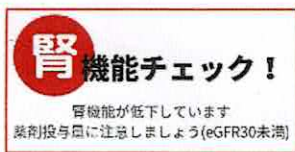
腎臓や肝臓などの機能が落ちている場合、薬が十分に代謝されなかったり排泄されなかったりする影響で、通常よりも量を減らす必要のある薬があります。

例) 一部の抗生物質 一部の糖尿病治療薬 など



このお薬は腎機能が落ちている場合、減量する必要がありますので通常の半分の量になっています。他の病院や薬局でも確認してもらえるように手帳にシールを貼らせてくださいね。

※当薬局ではこのようなシールを作成し、対象患者さんのお薬手帳に貼らせていただいています。



鳥栖三養基薬剤師会会営薬局

電話番号 0942-94-9100 時間外連絡先 080-8362-4585

住所 佐賀県三養基郡みやき町原古賀7019-1

営業時間 月～金曜 9:00～18:00 土曜 9:00～13:00

定休日 日曜日、祝日

