

## 《処方された薬の正しい服用について》

### 【薬の正しい服用ポイント】

#### ① タイミング

食前、食後、食間、頓服(とんぷく)など決められた時間を守りましょう！

食前とは？：食事の30分～60分程度前

食後とは？：食後の30分程度後 ※胃の中に食べ物が残っている状態で服用

食間とは？：食事から2時間ほど後



#### ② 量

自己判断で飲む量を増やしたり減らしたりするのは避けましょう！

#### ③ 方法

飲み薬はコップ1杯のお水で飲むのが原則。

※水なしだと、カプセルなどはのどにくっつきやすいので注意！

#### ④ 期間

治ってきたから大丈夫と自己判断で服用を中止するのはやめましょう。指示があった期間は服用を続けるのが基本です！

## 《重複服薬、多剤服薬の危険性について》

### ◆ 重複服薬とは？

- ✓ 同じ時期に複数の医療機関を受診し、かつ担当医師が他の医療機関での処方内容を把握できなかった場合に、同じ効能の薬が重複して処方され、服薬すること。

### ◆ 多剤服薬とは？

- ✓ 必要以上に多くの種類のお薬が処方されて、服薬することです。一般的には4-6種類以上の薬をのんでいる場合。

### 注！ 重複服薬や多剤服薬の危険性

- ✓ 薬の本来の効果が発揮されないばかりか、重い副作用や症状の悪化が促進され、重篤な健康状態を招く恐れがあります。