

スペシャリストにきく

認定薬剤師

児島 恵美子氏

薬との付き合い方

—年齢とともに服用する薬が増えることが多いですね

薬は、体の不調を治してくれるますが、一方で副作用を持つてもいます。だから、きちんと服用すること

が大切で、どんな薬をどれだけの量飲んでいるかを自分で把握しておいてください。

薬の種類だけでなく、量が違つても体への作用は大きく変わるものがあります。

—どんな副作用が起きるかわからず、薬の服用をためらう人もいます

インターネットで調べる

と、どの薬にもたくさん

副作用が書かれています。

でも、実際に副作用が出る

ことは少ない。薬を飲んで

り薬の効き田の方がメリッ

トが大きいのです。ただ、

副作用の説明書で「警告」

として書かれている症状は

体に重大な影響を与える可

能性があるので、どんな症

状が出るか注意していく

ださい。

—薬の種類が多くなる

と、飲み忘れや間違って飲

んでしまつこともあります

—薬の飲み方で注意す

る点を教えてください

一つは、飲むタイミング

は、なるべく野菜など自然

の食材から摂るようにした

といふもの。その理由があつ

いです。海外からの個人

輸入は絶対避けるべきで

ほしいですね。

—高齢期には、うまく

眠れない人やうつ状態にな

ります。そのため、個人差、人種差が大き

いのです。

—年齢とともに服用す

る薬が増えることが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

ルーズな服用はかえつて危険

—どんな副作用が起きるかわからず、薬の服用をためらう人もいます

—インターネットで調べる

と、どの薬にもたくさん

副作用が書かれています。

でも、実際に副作用が出る

ことは少ない。薬を飲んで

り薬の効き田の方がメリッ

トが大きいのです。ただ、

副作用の説明書で「警告」

として書かれている症状は

体に重大な影響を与える可

能性があるので、どんな症

状が出るか注意していく

ださい。

—薬の種類が多くなる

と、飲み忘れや間違って飲

んでしまつこともあります

—薬の飲み方で注意す

る点を教えてください

一つは、飲むタイミング

は、なるべく野菜など自然

の食材から摂るようにした

といふもの。その理由があつ

いです。海外からの個人

輸入は絶対避けるべきで

ほしいですね。

—年齢とともに服用す

る薬が増えることが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増えることが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増えることが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増えることが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増えることが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増えるが多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増える多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を

一つにまとめる「一包化」

ということも医師に頼めば

やってくれます。最近は、

鎮痛剤と胃腸薬を2層にし

て1錠にするといった「合

わせ」があります。お茶やジュー

スでも手帳があれば確認で

きるし、アレルギーや薬の

飲み合わせによる副作用を

防ぐのにも役立ちます。

—年齢とともに服用す

る薬が増える多いですね

—ショッピングでも購入できま

す。また、いくつかの薬を