

薬は正しく使いましょう!

薬は、正しく使うことが重要です。薬を飲む前に、薬の正しい使い方を知っておきましょう。



POINT

薬を飲むタイミングを守りましょう

薬はそれぞれ決められたタイミングに飲まないと十分な効果が得られなかったり、副作用が生じることもあります。

必ず決められたタイミングで飲みましょう。

食前、食後、食間、就寝前、頓服(とんぷく)の違い
すべて「薬を飲むタイミング」を表す言葉です!

- 食 前/胃の中に食べ物が入っていないとき(食事の1時間~30分前)
- 食 後/胃の中に食べ物が入っているとき(食事の後30分以内)
- 食 間/食事と食事の間(食事の2時間後が目安)
※食事中に飲むことはありません。
- 就寝前/就寝する30分くらい前
- 頓服(とんぷく)/症状がある時のみ



POINT

薬を飲む量や期間を守りましょう

薬は決められた量より多く飲んだからといって、よく効くものではありません。多く飲むことによって、副作用が現れることもあります。

また、症状が治ったからといって使用をやめると、病気が再発したり完治しないことがあるので、自分で判断せず医師・薬剤師などの専門家に相談しましょう。



POINT

薬の飲み合わせに気をつけましょう

複数の薬を使用している場合、飲み合わせが悪いと薬が効きすぎてしまったり、反対に薬の効果が十分に得られなかったりすることがあります。食品(サプリメントを含む)の中にも、薬との飲み合わせが悪いものがあります。

必ず医師や薬剤師などの専門家に、今使っている薬や摂る可能性のある健康食品・サプリメント、よく食べる食品などを伝えましょう。

薬の説明書をよく読んでから
使用しましょう。

説明書には、正しい使い方、効き目などのほか、副作用や保管上の注意に関することが書かれています。必ずよく読んでから使用する習慣を身につけましょう。

薬について
わからない点等があれば、
薬を調剤した薬局や
購入した店舗にご相談
ください。



薬と健康の週間

令和7年 10/17(金) ▶ 23(木)

「薬と健康の週間」は、医薬品等の専門家の役割に関する正しい知識を広く国民に浸透させることにより、国民の保健衛生の維持向上に寄与することを目的とします。

岩手県薬学・薬事関係者懇話会

一般社団法人岩手県薬剤師会

岩手県病院薬剤師会

岩手県医薬品登録販売者協会

岩手県医薬品卸業協会

岩手医科大学薬学部