

平成29年5月1日発行

(2ヶ月に一度発行します。)

九州がんセンター外来タイムスについて

- ・当院では、広報活動のひとつとして外来などに来院された患者さん、ご家族の皆様に広く当院の情報や医療の情報などについてお知らせするため、本誌を発行しております。
お気軽にお取りいただき、御拝読いただければと考えております。



くすりの飲み方について（前編）

九州がんセンター薬剤部

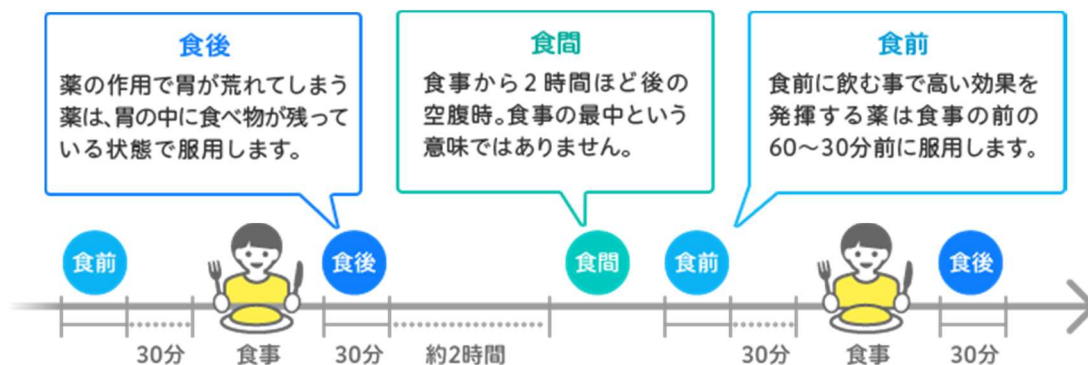
患者の皆さんは日々大事な薬を飲んでいますが、薬が持つ効果を安全に安心して、そして効果を最大限に引き出す飲み方をしているでしょうか。薬の効果を最大限に引き出すのに一番大切なことは、用法用量を守って正しく薬を飲むことです。

正しく薬を飲むために、下記の「5つのポイント」を確認しましょう。

- 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に飲みましょう。
- ② **量** : 自己判断で飲む量を増やしたり減らしたりすることは避けましょう。
- ③ **方法** : 飲み薬はコップ1杯のお水で飲むのが原則です。
薬にあった正しい飲み方が大切です。
- 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止めましょう。
指示があった期間は服用を続けるのが基本です。
- ⑤ **飲み合わせ** : 一緒に飲んではいけない薬、食べ合わせが良くない食品があります。

【効果的な飲み方って…】

食事に合わせて（食後・食間・食前）



指定された時間に（時間指定）

・「〇〇時間おきに内服」「〇〇時に内服」など飲む時間を指定される場合があります。例えば、検査前の服用時間を間違うと、検査ができないこともあります。

痛みなどの症状が出たときに（頓服）

・痛み止めや解熱剤、咳止めなど、その症状が出たときだけ飲むもので頓服薬（とんぷくやく）と呼ばれています。

コップ1杯の水で！



水なしで飲むと、薬がのどや食道にひっかかり、食道炎や潰瘍を起こすことがあります。特にカプセルはくっつきやすいので注意が必要です。さらに、水の量が少ないと薬の吸収が低下したり、遅くなったりして効き目が悪くなることもあります。また、アルコール類やお茶、ジュースで飲むと飲み物に含まれる成分との相互作用で、薬の効果が変わることや副作用を起こす場合があります。

6月（水無月）について

6月は水無月（みなづき）とも呼ばれています。6月といえば、通常は梅雨のシーズンであり、毎日湿気でジメジメしているのを連想します。しかし何故、6月を水無月（水か無い）と呼ぶのでしょうか。

「水無月」の無は、「は」にあたる連帯動詞であり、「水無月」は「水の月」となります。

田植えが済んで、田に水を張る必要があることから「水の月」いわゆる「水無月」とよばれるようです。



頭の体操コーナー

・ここからは頭の体操を行うコーナーです、是非参加してみてください。

（初級編）

- 1、貝は貝でも、お風呂に入っている貝ってどんなカイ？
- 2、冷蔵庫の中に動物が入っています何？

（中級編）

- 1、よんでもよんでも返事をしないものは何？
- 2、こいでもこいでも同じ所を行ったり来たりする乗り物は何？
- 3、大きくなるほど小さくなるものは何？

・初級編、中級編と回答できましたでしょうか。

回答は本誌の下の方にありますのでご覧ください。

本誌では、皆さんからの俳句や川柳などもご紹介したいと考えておりますので、遠慮なくご投稿ください。投稿方法については、当院の外来師長、医事担当者にご提出いただければ幸いです。皆様方のご投稿をお待ちしております。

解答（初級編1 あったかい、初級編2 そう、中級編1 本、中級編2 ブランコ、中級編3 服）