

薬の飲み方・飲ませ方

時間と回数

薬を飲む時間は、いつが適当でしょうか。薬は、一般的には空腹時の方が吸収が良くなります。しかし、食後に飲むことが多いのは胃腸への負担を考えての事と飲み忘れを防止するためです。ですから、食事を摂らなかったからといって薬を抜いてしまうのは、良くありません。

薬を飲む回数が、1日に2回とか3回に分けてあるのはどうしてでしょうか。薬は、飲んだだけでは効果がありません。胃や腸で消化、吸収されて、血液中に入り病気の部位に到達することで効果を発揮します。病気の部位に到達する薬の量を十分なものにするためには、血液中の薬の濃度をある程度以上にする必要があります。1日に2～3回に分けて飲むことで、血液中の薬の濃度を一定にすることができるのです。

例えば、1日3回3日分の薬(9回分)を1日1回9日かけて飲んだ場合どうなるのでしょうか。胃に入った薬の総量は同じですが、9日かけて飲んだ場合、血液中の薬の濃度が少なくて、十分な効果が得られないだけでなく、まったく意味がないことにもなりかねません。

理想を言いますと、血液中の濃度からみて、6時間～8時間おきに薬を飲むのが良いのですが、睡眠時間を考えますと不可能です。できるだけ薬が良い効果を発揮するように、昼間、園や学校などで薬を飲めなかった場合は薬を抜いてしまうのではなく、朝、家に帰ってから(夕方の3時～4時)寝る30分くらい前の3回でも差しかえありませんので飲ませるようにしてください。

最近1日2回や1日1回の薬も発売されています。しかし、これは薬の特性で決められるもので、どの薬でも良いというわけではありません。独断で決めつけないようにしましょう。

粉ぐすりの飲ませ方

粉薬は、飲ませる直前に少量の水か白湯で溶かして沈殿しないうちに飲ませるのが一般的です。薬によっては溶かしたまま放置すると、時間とともに薬の効果が低下するものがありますので注意が必要です。また、薬を少量の水で練ってペースト状にし、指で子供の上あごや頬の内側などに塗りつけるのも良い方法です(指を水で湿らせて、粉薬をつけ塗りつけても良いです)。薬を溶かした水を冷凍庫で一度凍らせて、それをなめさせるのも良い方法です(冷たさで口の中がマヒして味がよくわからなくなります)。

どうしても飲まない場合は、ジュースやアイスクリームと一緒に飲ませてもかまいません。ただし、牛乳や母乳と一緒に飲ませますと、ミルク嫌いになることもありますので、できれば避けた方が良いでしょう。

薬の保存

錠剤、散剤は、室温保存でそれぞれ1カ月、2週間ぐらいいはまず心配ありません。ただし、直射日光や湿気は避けるようにしましょう。一部の薬は、保存状態によっては1年ぐらい大丈夫なものもありますが、あまり古い薬は破棄する方が良いでしょう。

坐薬は、冷蔵庫保管が原則です。封を切らなければ、数カ月間は保存できます。

シロップ剤は、何種類かの薬が混合されている場合が多いので、冷蔵庫に入れておいても1週間ぐらいが限度となります。

もう飲まなくても

力ゼ症候群：単純な「カゼ症候群」では、症状がとれば服薬を中止してもかまわないことになります。しかし、自己判断で病気が治ったと思っている人の中に、実は治っていないことが数多く認められます。



急性中耳炎：例えば、急性中耳炎では、痛みがとれても病気が治ったことにはなりません。少なくとも1週間から10日間は内服が必要です。滲出性中耳炎に移行する例もありますので、もっと長期間投薬する場合もあります。

副鼻腔炎：カゼの後、膿性(黄色)鼻漏が長く続くと副鼻腔炎をおこしてきます。慢性化(蓄膿症)すると、数ヵ月～半年と投薬する場合もあります。

アレルギー性鼻炎：その他、アレルギー性鼻炎なども長期間薬を服用しないとなかなか効果が出てきません。患者さんのなかには“副作用があるから”といって、かってに薬の量を減らして内服している人がみられますが、これでは薬の効果がでないだけでなく、かえって意味のない服用になってしまいます。

薬の種類・病気の種類によって、短期間の内服ですむ場合と長期間内服させる場合があります。長期間服用する薬は、そのように作られています。病院によっては、余分な薬を多量に投薬する所があると聞きます。当院では、必要最低限のみで必要ない薬は投薬しません。投薬した薬は、すべてあなたの病気に必要なものと考えてください。

川島医院