



アガペの寔

特集

vol. 7 平成22年5月発行
ホームページ
<http://www.agape21.jp>

シリーズ おしえてアガペさん 第5弾

～知っているようで知らない薬局の話①「お薬手帳」～

お薬手帳とは

お薬手帳とは、皆様が飲んでいる薬について記録する手帳のことです。病院や薬局に行くと、よく「飲んでいるお薬はありますか？」と訊かれることが多いかと思いますが、自分で飲んでいる薬の名前をしっかりと答えられる方は意外と少ないのです。こんな時お薬手帳があれば便利です！



お薬手帳のメリット

1. アレルギー、副作用の回避

薬でアレルギーや副作用がでた場合、または卵や牛乳など特定の食べ物にアレルギーをお持ちの場合（お薬の中には、そういった食べ物由来の成分が含まれるものもあります）、お薬手帳にそれらを記録しておくことで、そういった薬が処方されることは無くなるはずですよ。

2. 薬の重複を防ぐ

「名前は異なるけど同じ中身の薬」あるいは「似た薬」という物がたくさん存在しますが、お薬手帳があれば、このようなお薬の重複を防げます。

3. 飲み合わせのチェック

お薬の中には、他の薬や食品に、相性が悪い相手を持っているものがありますが、お薬を貰った先が異なる場合は、チェックが出来ない可能性があります。お薬手帳の記録があれば、そういったチェックにも役に立ちます。

4. 急に薬が必要になった時に便利

かかりつけの病院が休みだった、帰省先や旅先に薬を持って行き忘れた、引っ越して病院が変わった等で、今飲んでいる薬を他の病院で貰う場合に、お薬手帳を見せれば、同じ薬か、近い薬を処方して頂けるかもしれません。

このように、お薬手帳はとっても便利で、かつ安全にお薬を飲んでいただくために大切なものなのです。皆様も是非1冊いかがでしょうか？

店舗紹介



今回はアガペ天神店をご紹介します。

場所は、天神地下街を北に西1番出口から出て、さらに北方面へ徒歩3分のところにあります。平成21年11月に移転改装し、明るくきれいな薬局です。

待合室には、車椅子対応のトイレや、膝や腰に負担のかかりにくい椅子もご用意しております。

いろいろな医療機関の処方せん調剤のほかにも、一般薬・健康食品などを取り扱っております。一部の商品は、相談に応じて商品の取り寄せ手配も可能ですので、お気軽にご相談ください。

これからもスタッフ一同、よりよい薬局になるよう頑張りますので、よろしくお願い致します。

今回は博多南店です



アガペマップ

アガペ天神薬局周辺の地図です



服薬アドバイス

～成人編～



病院やクリニックで頂いたお薬の服用は、大まかに分けると、定期的に飲む時間を指示された場合と、症状のあるときだけ服用するものに分けられます。一般に食後が多いのですが、食前や食間などいろいろあります。今回はそんなお薬の服用時間について特集しました。

食前

一般的に「食前」とは**食事をする30分前**をいいます。胃を刺激して食欲を起こさせる食欲増進剤や、胃腸の働きを調整して吐き気を抑えるお薬は、食事までに効果を現すように食前であることが多い様です。

また糖尿病の患者様の場合、食後の急激な血糖値の上昇を抑えるために食前、または食直前に飲むよう指定されているお薬があります。

これらのお薬は、食べたものと胃や腸で混じり合っ、食べ物の吸収を遅らせて効き目を発揮するものや、食後では効果がないものもあります。また食事をしないのに服用すると危険なものもあります。

食間

「食間」とは**食事と食事の間**のことで、食事をしてから2時間以上たち、胃の中がほぼ空っぽの時間帯をさします。食事中と勘違いして飲むことがあるので、食後2時間～2時間半と指示されるお医者様も多いようです。

食後

「食後」とは**食事をしてから30分以内**をいいます。飲み薬の多くは胃の中で溶けて高濃度になり、胃を荒らしたり刺激したりします。胃に食べ物が残っているうちに薬を飲めば、胃を荒らすことなく、ゆっくりと吸収されます。また飲み忘れを防ぐため、食事を摂ったらすぐ飲むように指示されることもあります。

☆次回引き続き、起床時や就寝前、頓服を特集します☆



タマングランデ 液・クリーム

各1780円

- 水虫薬は塗り方が大切です。塗り方のポイントを押さえましょう。
- ★お風呂などで足をきれいに洗って、水気をよく拭き取ってから塗りましょう。
 - ★白癬菌は、かゆみや水ぶくれの部分だけでなくその回りの正常に見える皮膚にもいるので、薬は広めに塗ります。その後は自然乾燥します。
 - ★毎日塗ると1週間位でかゆみや水ぶくれは治まりますが、白癬菌はまだ角質の奥に残っています。残った白癬菌を退治する為、症状が治まっても1～2ヶ月は毎日薬を塗り続けましょう。

水虫薬の上手な塗り方



薬は広い範囲に薄めに塗る



自然乾燥する

梅雨

1年のうちで、もっとも湿度の高いこの季節。お洗濯やカビ対策と、日頃の生活にも気をつけたいですね。そこで今回は**梅雨時のお洗濯のポイント**をご紹介します。

- ★温度・湿度・風の3点コントロールが洗濯物を早く乾かすツボ。早く乾けば雑菌の増殖＝臭いも防ぐことができます。
- ★室内干しは換気扇や扇風機の近くで風にあてると◎
- ★「最後のすすぎにお湯を使う」「乾燥機を30分程度かけてから干す」等、洗濯物の温度をあげることで。
- ★干し方は表面積を最大にする工夫が大切です。例えばシャツはバンザイ型にする、幅広・腕の長いハンガーを使うと早く乾くようです。

