

2021.2月

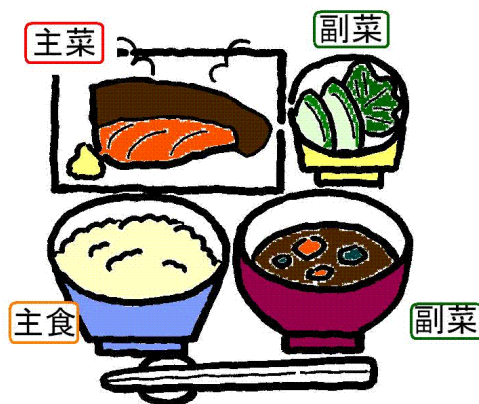
お薬を飲む時間



ご存知ですか？

～ お食事との関係 ～

薬剤部



今日、お薬をもらいました。

内用薬

神戸 太郎様

用法 1日 3回

7日分

毎食前間後 30分服用

時間毎服用

番の目盛でおのみ下さい

年 月 日

キンシ製



7:15

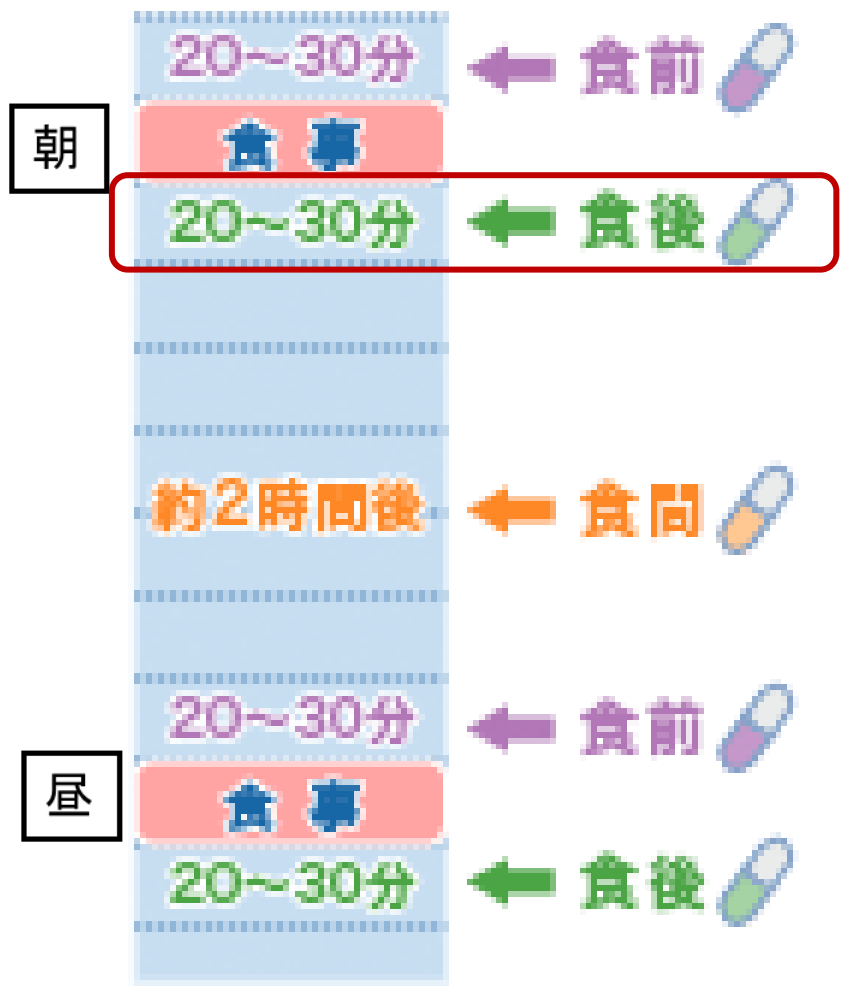
『毎食後30分』??
朝食を食べたのが
朝7:00だから...

- ①よし！7:30に飲もう！
- ②今飲んでもいいんじゃない？

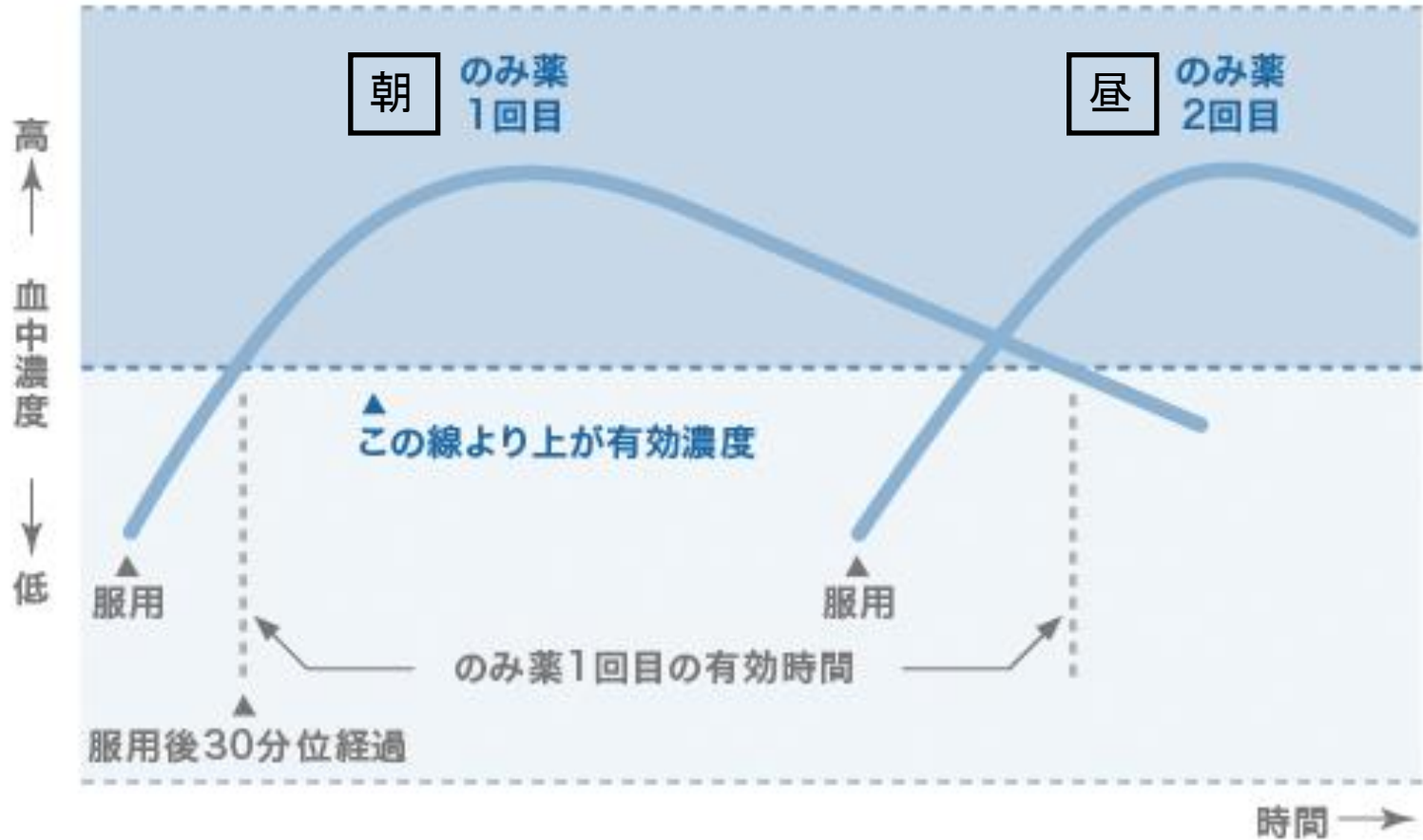
あなたはどっち???

食前 食間 食後 の目安

食前・食間・食後



薬の効き目（血中濃度）



薬の効き目が有効域に達して、効き目が続くように考えて飲む回数が決まっています

血糖値を下げるお薬をもらいました。

内用薬

神戸 太郎様

用法 1日 3回
7日分
毎食直前 間後 分服用
時間毎服用

番の目盛でおのみ下さい
年 月 日

キンシ製



7:00

『毎食直前』??
今から朝食を食べるんだけど...

食前との違いは??

血糖値を下げる薬は食事の前後



食直前

「いただきます」の前
お箸を持って食べようとする前

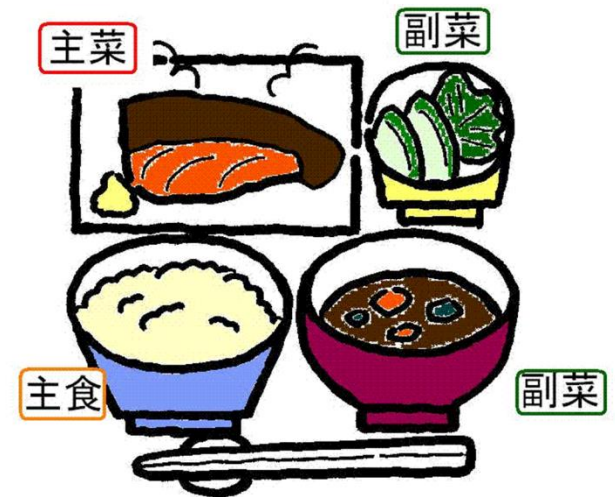
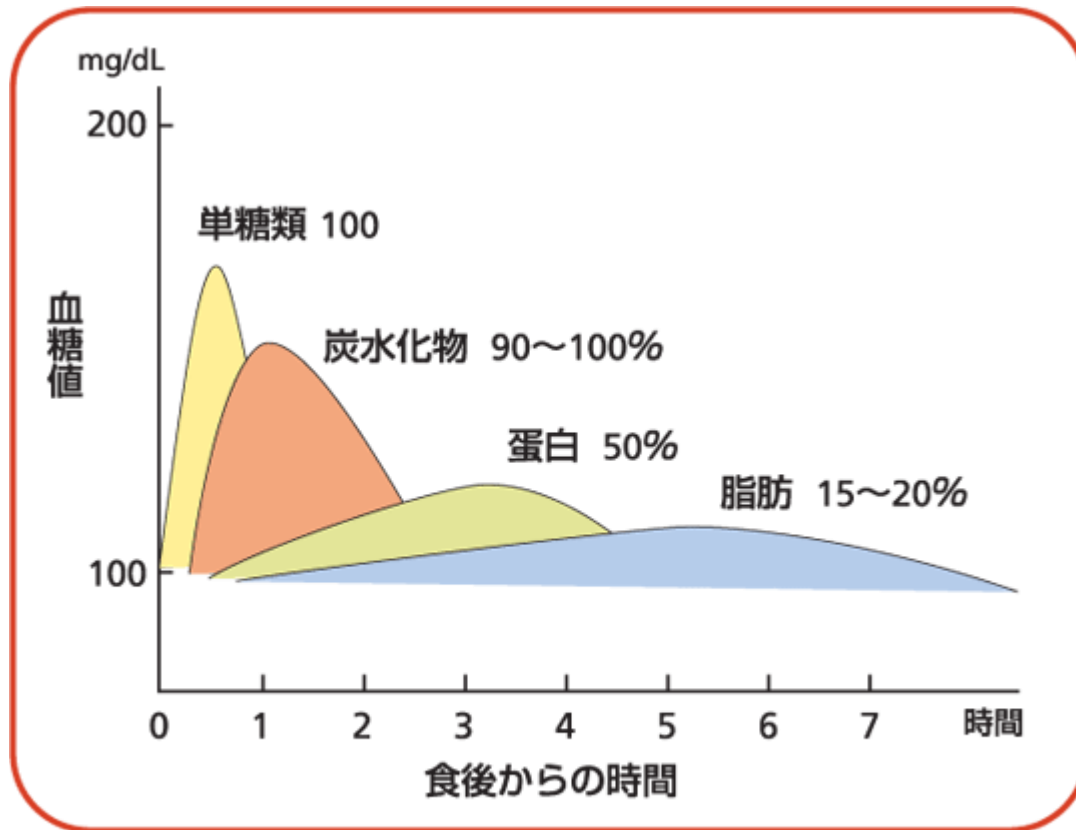


食直後(=食後すぐ)

お箸を置いて、ごちそう様をした後
食後のお茶を飲んだ後



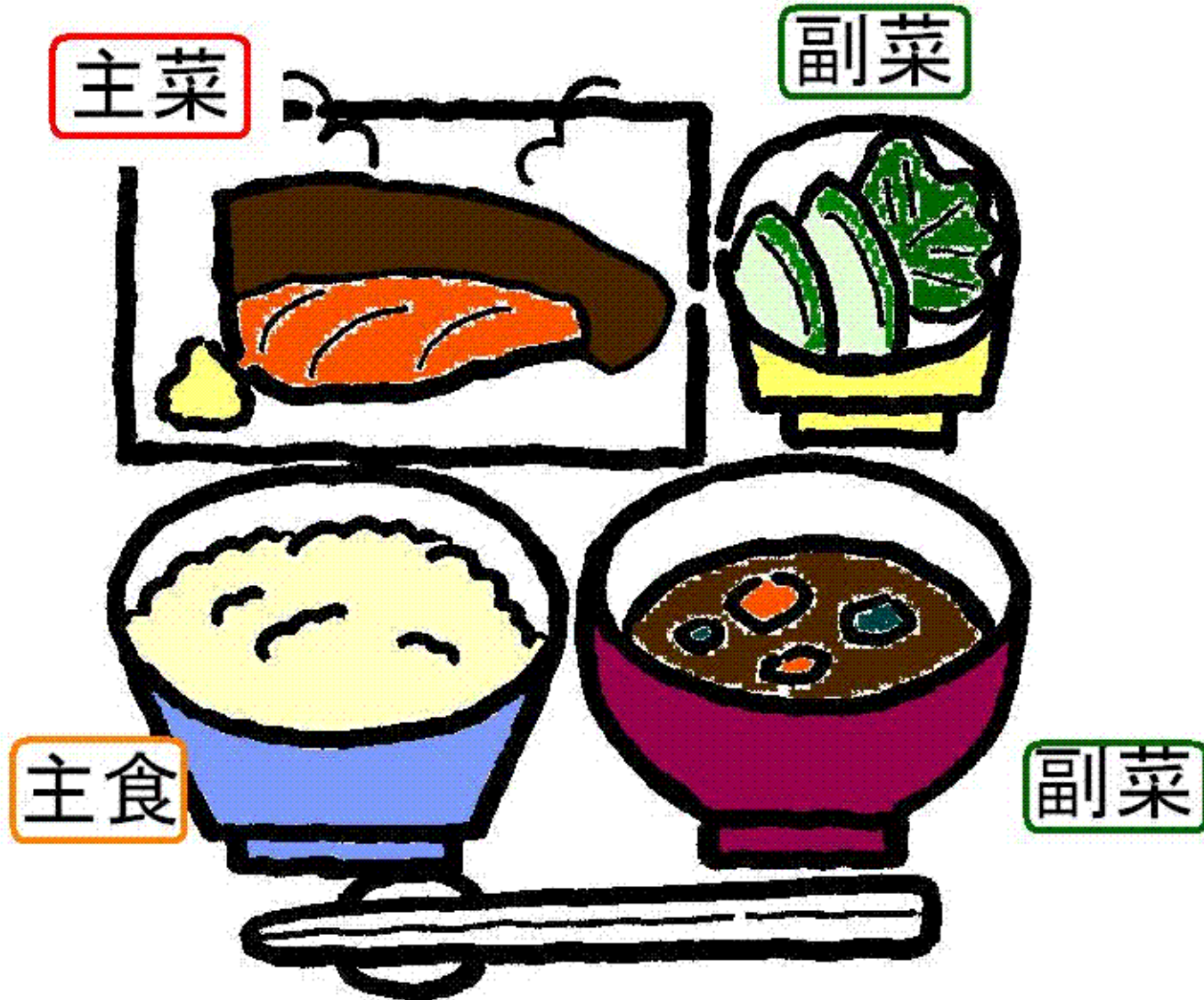
食事と食後血糖値の関係



永田 正男：糖尿病の療養指導 2007 療養指導士を育てるために
社団法人 日本糖尿病学会 編 第1版 診断と治療社：114, 2007

ご飯 麺類 パンなど 炭水化物を摂ると 血糖値がすぐに上昇してしまいます

ところで...いつもの食事の献立は？



ところで...飲み忘れはありませんか？

A お薬が多すぎて飲むのがめんどくさい

A「お薬が多すぎて飲むのがめんどくさい」という方は...

●お薬を一包化(いっぽうか)してもらおう

お薬の種類が多いせいで飲み忘れてしまう場合は、種類ごとに分かれているお薬を「朝食後」「夕食後」など、飲むタイミングごとに袋に小分けしてもらえます。

これをお薬の「一包化」と呼びます。

お薬の種類によってはできないことがあるので、かかりつけ医や薬剤師に相談しましょう。



困ったときは相談してくださいね♪



B うっかり飲み忘れてしまう

B「うっかり飲み忘れてしまう」という方は...

●飲む時間を一定にする

朝食の後や歯磨きの前後など、お薬を飲む時間を一定にすると、毎日お薬を飲むことを意識できるようになります。

●置く場所を決めておく

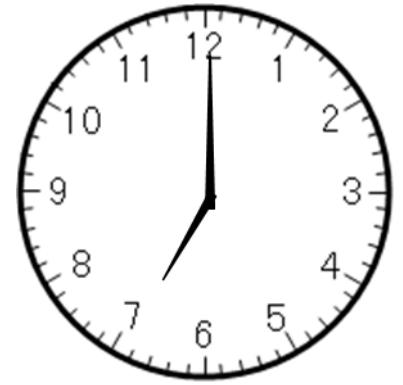
朝食をとる席のそばや、出かける前の準備をするときに飲み忘れに気づける洗面所などが良いでしょう。

●家族に声をかけてもらう

お薬を飲むタイミングをご家族にあらかじめ伝えて

もし飲み忘れたり打ち離れた時、どうしたらいいか前もって先生と相談しておくことも大切です☆

お薬を飲む時間



- 効き目が続くように
- 副作用が現れないように
- 飲み忘れがないように

考えて決められています。

もし、**体の調子が変わだな！？**
飲み忘れちゃった！



なんてことがありましたら、相談してくださいね！

おしまい

ご清聴ありがとうございました

薬剤部