

東陽病院 石田慎一 薬剤科長

健康へのメッセージ

クスリをうまく使うって???

シリーズ ④

はじめまして、東陽病院で薬剤師をやらせていただいている石田と申します。
 毎日、新聞やテレビ・ラジオには薬に関する記事が載らない日はありません。
 みなさんにも薬に関して、興味をもっていただき、薬をうまく使っていただきたいと思えます。うまく使うって、どういうことなのでしょう？
 クスリという漢字を見ていますと、草（薬草）を使って薬になると読めます。そして薬という字は人が立って両手両足を広げ、顔を輝かせ、こちらを見ているように見えます。薬には、人を薬にさせる使命が、むかしからあるんです。でも、どんな風に使っても人を薬にさせるものはありません。
 医師が診断して、薬が必要なら処方箋を書きます。それを薬剤師がつくりまします。みなさんはそれを

飲んだり、貼ったり、塗ったりします。その際に薬の袋に1日3回食後とか食前とか書いてあります。そのことは薬を正しく使うための大事なきまりなんです。
 食後30分、よく窓口に聞かれるんですけど

服用時間を守ろう!



「30分たたないとだめですか？」
 食後30分というのは、食後30分以内と理解していただきたいんです。どうしてでしょうか？
 食後なら服用することを忘れないだろうということもあり、胃への食べ物があつたために、直接的な刺激も減らせます。服用を忘れないことは、薬の効果を連続させることで、胃への刺激を減らすことは、副作用を未然に防ぐことにもなります。なかには、食後では食物に影響をうけ十分にその効果を発揮できない薬があります。そのような薬は食前と指定してあります。食間というのは食事の中ではありません。食後2時間ぐらゐの空腹時をさします。食物の影響を受けやすい薬や、胃の粘膜を保護する薬に多い服用のしかたです。
 薬の服用時間は薬の効果を最大限に、そして副作用の胃への障害を未然に防ぐ大事な服用方法なんです。薬は適切に使用・服用してこそ人を薬にするものです。
 個々の薬のことは、医師や薬剤師にご相談下さい。

小・中学生のインターネット入門



小・中学生のインターネット入門

（株）文溪堂
 「インターネットってどんなしくみになってるの？」「インターネットでなにができるの？」そんな素朴な疑問にこたえます。
 小・中学生はもちろん、ファミリーで気軽によめるインターネット入門書です。

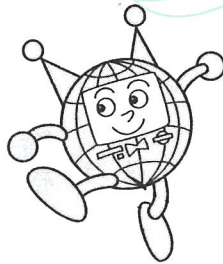
今月の展示
 あなたにも
 わかる
 インターネット



＝ 町立図書館 ＝
 ☎ 3311

見てわかるインターネットショップ

実業之日本社
 世界中のあらゆる品々が自宅からパソコンで買える、そんなショッピング情報を集めた本です。



初心者のためのパソコンの使い方から応用、そしてトラブル解決方法まで、パソコンに対する「なぜ」「どうして」の疑問のちょっとした手助けになる本を用意しました。
 日頃パソコンに不安をもっている方も、この機会に思い切ってパソコン入門してみませんか。

- ・最新図解超初心者のパソコン入門 (主婦と生活社)
 - ・誰か教えて!! パソコントラブル解決集 (株)日本実業出版社
 - ・WWWベスト・ホームページ (日経BP社)
- 他にもたくさんあります。