

くすりを安全に使うポイント



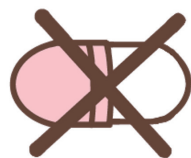
くすりを正しい方法で使う

飲むタイミングと
量や回数を守りましょう。



病気を治す力を助けてくれる

くすりを安全に使うことは
とても大切です。
病気を悪化させません。



副作用が出たら 「くすり」は止める

おかしい反応や
不調が出たら主治医に
相談しましょう。

不安な時、わからない時は、保健の先生、家族、医師・^{やくざいし}薬剤師に相談を。

^{ちりょう}早めに治療することも大切です。



制作



Funabashi School Health
and
School Pharmacist Consortium



「ふなばし学校保健&学校薬剤師研究会」

URL : <https://www.lab2.toho-u.ac.jp/phar/doutai/F-SHP/>

イラスト・デザイン：大藤・P・ヒロミ

- 学校現場の要望を調査し、学校薬剤師が生徒および学校教職員の学校保健に役立つ、プレゼンテーション資料と教材の作成をしています。
学校薬剤師の教育方法を研究・開発し、学校保健に還元します。
- このリーフレットは JSPS 科研費 JP22K03010 の助成を受けて作成しました。

学校薬剤師からのワンポイントアドバイス

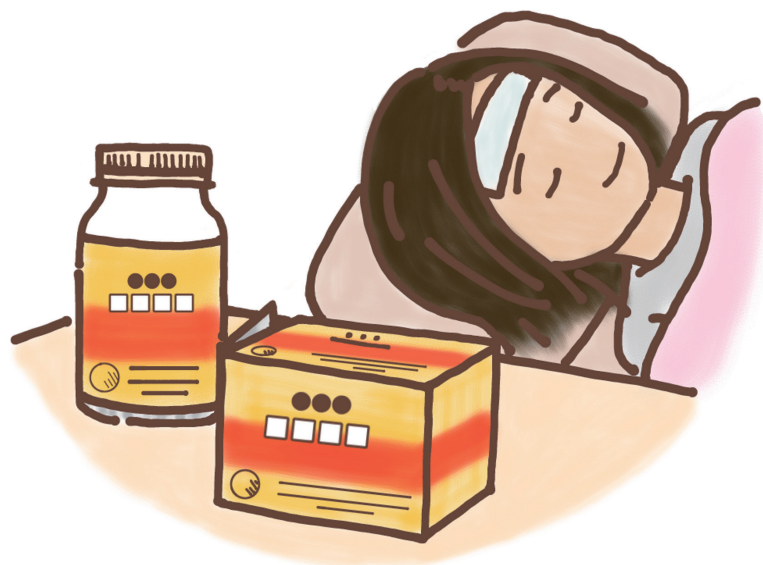
くすりの安全な使い方



動画はコチラから : <https://youtu.be/Kg0U2ChMpVg>

くすりを正しく使えば、
健康な体を保つ味方になります。

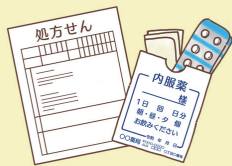
^{やくたい}薬袋や薬の箱に書かれた用法・用量を
守ることが大切です。



氏名

くすりは大きく分けて2種類

1. 病院やクリニックで医師に処方されたくすり



- 処方された日数だけ使う
(使い切ることが必要な薬もある)
- 自分の症状を医師にしっかり伝えることが大切

2. 薬局やドラッグストアで購入できるくすり



- 症状があるとき 使用期限以内ならいつでも使える
- 薬剤師や登録販売者に相談して購入

くすりの正しい使い方

くすりの箱を大人と一緒に確認しよう！

生理痛・頭痛に	
7～11才未満	1回1錠
11～15才未満	1回2錠
15才以上	1回3錠
1日3回まで、 4時間以上あける	

用量

1回に飲む(使う)量

用法

飲む(使う)タイミングと回数

くすりを飲むタイミング

食前

食事の30分前(空腹時)
❗「いただきます」の直前ではありません

食後

食事の後(食後～30分以内)

飲むタイミングと
量が大切です。



学校薬剤師

くすりの保存方法



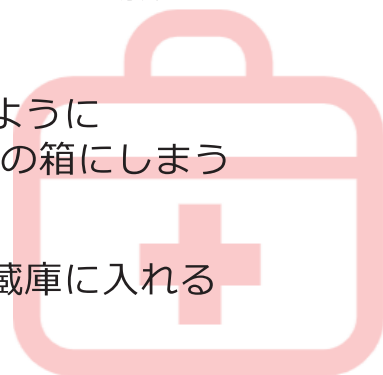
薬剤情報提供書や添付文書を捨てない

目薬や点鼻薬は添付の携帯袋に入れる

小さな妹や弟の手の届かない場所

ペットが開けられないように
ロック付きの箱にしまう

指示があった場合は冷蔵庫に入れる



くすりの副作用と注意点

副作用とは、薬を飲んだり使ったりすると起こる、予期していなかった身体の変化のこと
例) 花粉症の薬は鼻水を止めて欲しいのに、眠くなる。

副作用の症状



肌のかゆみや発疹



お腹のトラブル
(腹痛、吐き気、下痢)



めまいや眠気



おかしい感じ
不安や緊張感、
手が震えたりすること

すぐに医師への連絡が必要な症状
(呼吸がしにくい、発熱など、重大なトラブル)
大人に伝え、すぐに受診するか、相談を。

シャープハッセン
#8000

(子ども医療電話相談事業 / 厚生労働省)

シャープなないちいちきゅう
#7119

(救急安心センター事業 / 総務省消防庁)

に電話



❗ おくすりの副作用かな、と思ったら、おくすりを飲んだり使ったりするのをやめてください。