

# 教材の利用にあたっての注意事項

- ・ 無断での使用、転載または複製をすることは固く禁じております。
- ・ 著作権は、ふなばし学校保健&学校薬剤師研究会に帰属します。
- ・ イラストの著作権は、大藤・P・ヒロミに帰属します。
- ・ 使用に際しては、本教材の内容を改変しないときは出典『ふなばし学校保健&学校薬剤師研究会 (JSPS科研費 JP22K03010)』を、改変した場合は出典および改変について明記してください。
- ・ 再配布・販売・賃貸など営利を目的にした利用はできません。

ふなばし学校保健&学校薬剤師研究会 (2024.7.)

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



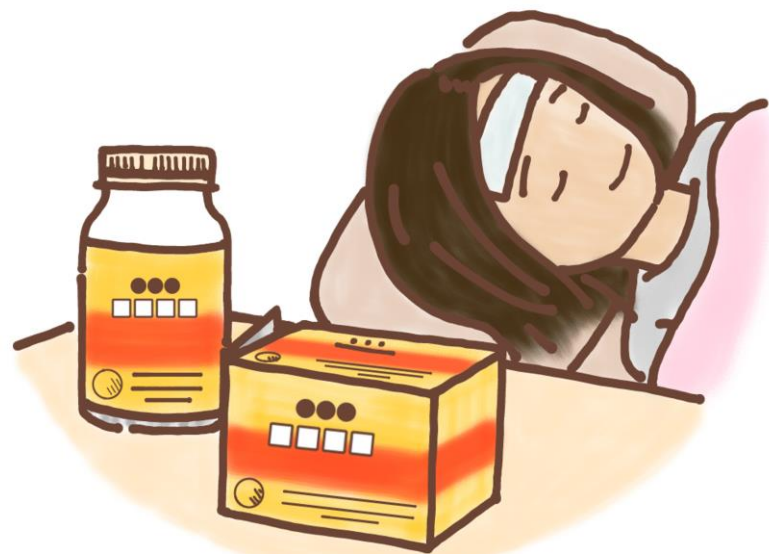
学校薬剤師からのワンポイントアドバイス

F-SHP

# くすりの安全な使い方

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。





# くすりは大きく分けて2種類

## • 医師に<sup>しょうほう</sup>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<sup>しょうじょう</sup>症状を医師にしっかり伝えることが大切

## • 薬局やドラッグストアで<sup>こうにゆう</sup>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<sup>やくざいし</sup>や登録販売者<sup>とうろく</sup>に相談して購入



# くすりの正しい使い方



## ・くすりの箱の読み方

- ・大人と一緒<sup>いっしょ</sup>に確認<sup>かくにん</sup>しよう

## ・くすりの用法と用量の確認

- ・用法 - 飲む(使う)タイミングと回数
- ・用量 - 1回に飲む(使う)量

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

## ・くすりを飲むタイミング

- ・食前 - 食事の30分前(空腹時<sup>くうふくじ</sup>)
- ・食後 - 食事の後(食後~30分以内)

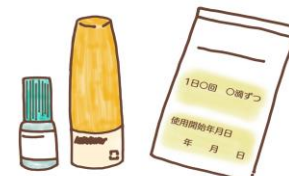




# くすりの<sup>ほ ぞん</sup>保存方法



- 薬<sup>やくざい</sup>剤<sup>ていきょう</sup>情報<sup>てんぷ</sup>提供書や添付文書を捨てない

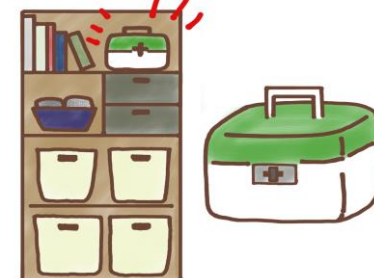


- 目薬や点鼻薬は添付の<sup>けいたいぶくろ</sup>携帯袋に入れる

- 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

保管方法・場所



# 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、期待していなかった身体の変化のこと
  - ・花粉症の薬は鼻水<sup>はなみず</sup>を止めて欲しいのに、眠<sup>ね</sup>くなる
- ・肌のかゆみや発疹
- ・お腹のトラブル - 腹痛、吐き気<sup>げり</sup>、下痢
- ・めまいや眠気
- ・おかしい感じ - 不安や緊張感、手が震<sup>ふる</sup>えたりすること
- ・すぐに医師への連絡<sup>れんらく</sup>が必要な症状 - 呼吸がしにくい、発熱、など、重大なトラブル
- ・#8000、#7119に☎電話



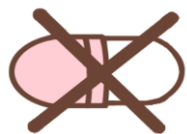
# くすりを安全に使うポイント



- ・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・薬剤師に相談を。早めに治療することも大切です。