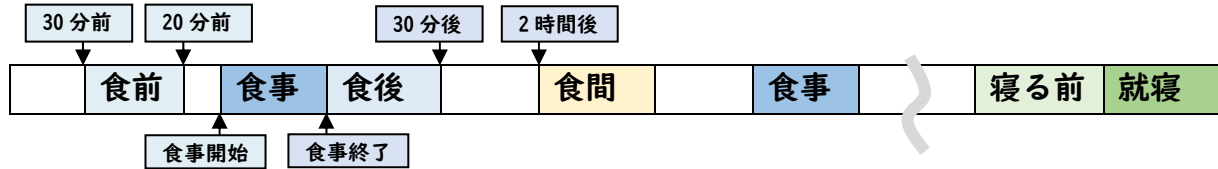




今回は、お薬を飲むタイミングについてです。

お薬の効果を十分に発揮するためには、量・回数・時間を守ることが大切です。
指示通りでないとう効果が不十分だったり、副作用が出ることがあります。



☆食後 : 食事の後 30 分以内

食事のあとは胃の中に食べたものがあるので、胃への刺激が少なくなります

☆食間 (食後 2 時間)

: 食事と食事の間で、食事の前後 2 時間くらいの時間帯

胃に食べ物がない方が吸収や効果が良い薬

他の併用薬に影響を与える薬

直接胃粘膜に接して効果を出す薬など



☆食前 : 食事の 30 分前

直接胃粘膜に接して効果を出す薬

胃に食べ物がない方が吸収や効果が良い薬

食事の前に胃の働きをよくし食欲を増す薬など

☆起床時 : 朝起きてすぐの空腹時、食事の 30 分以上前

食事の影響を受けやすい薬など

☆食直後 : 食事を食べ終わってすぐ 5 分以内

食事と一緒にとることによって効果を発揮する薬

極端に胃に負担をかける薬など



☆食直前 : 食事のすぐ前

糖尿病の薬などで、食直前に飲まないとう効果が十分に発揮できない薬など

☆寝る前 : 寝る直前

睡眠薬や下剤、飲むと眠くなる薬など

眠気の生じる薬は、トイレを済ませて、すぐに寝られる状態で飲みましょう

*お薬によっては特殊な使い方をするものもあるので、しっかり確認しましょう。