

## 薬の正しい飲み方～噛み砕いて飲んではいけないの？～

薬は、安全かつ効果的に使って頂けるように様々な工夫が施されています。

「大きい錠剤だと飲み込むのが大変だから、噛み砕いて飲んでいる。」、または「噛み砕いて飲んだ方が、早く効果が出るのでは？」などという方もいるのではないのでしょうか？  
実は、ここに大きな落とし穴があります。

薬を有効に使っていただけるよう、多くの錠剤には“コーティング（被覆）”が施されています。下の表は、それらの一例です。

	目的	薬に施された工夫
徐放性製剤	効果を長時間持続させる	薬の成分が少しずつ放出されるように表面をコーティングしたり、溶けにくい基剤*中に成分を分散させている
腸溶性製剤	・胃に障害を与えない ・薬の成分を胃酸から守る	薬が胃ではなく、腸で溶けるように表面をコーティングしている
糖衣錠	薬の苦味やにおいを改善	甘い糖分などで表面をコーティングしている

※基剤：くすりの作用を持たず、主成分の効果を高めるもの

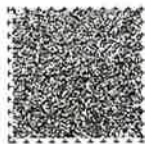
これらの薬を噛み砕いたり、半分に分割したりしてしまうと、せっかくの工夫が無意味になるばかりでなく、たとえば“効果が続かなくなる”もしくは“吸収が早まって血中の薬物濃度が急激に上昇し、副作用が発現しやすくなる”など、体にとって不利益な影響が出てくる可能性があります。



すべての薬の形状には目的と意味があります。使用時に指示がある場合などの例外はありますが、基本的には錠剤は錠剤のまま、カプセルはカプセルのまま服用する事が一番正しい飲み方であり、薬をもっとも有効に活用できるという事を改めて認識して頂けたらと思います。

ただし、「薬が大きくて、やっぱり噛み砕かないと飲めない。」などという方は、改善案や代替薬の提案もさせて頂きますので、お近くの薬剤師にご相談ください。

川崎幸病院 薬剤科 勝亦 秀樹



## クスリと笑える話・笑えない話

### クスリ事例① ワルファリンより納豆を優先した話

Aさん：「世間では納豆は体にいいといわれている。薬剤師がワルファリンと納豆を一緒に摂ってはいけないと言ったので、ワルファリンを飲むのをやめておいたよ」

服用する薬剤と食物は、時として大きく影響しあうことがあります。例えば納豆とワルファリンがその代表的なものです。納豆菌は、血液を固める物質をつくることに関係しているビタミンKをつくる能力があります。一方、ワルファリンは血液を固める因子を抑制して、血液をサラサラにする薬剤です。したがってこの組合せは相反し、ワルファリンを服用する必要がある心筋梗塞症や脳血栓症などの患者様は、当然納豆を避ける必要があります。血液をいつもサラサラにしていなくてはならないAさんにとって、納豆とワルファリンのどちらが大切か……服薬指導をした薬剤師は、後日この事実を知り、改めてワルファリン服用の必要性と重要性を患者様に説明しました。これは笑ってしまいましたが、笑えないお話です。

### クスリ事例② 服薬後、指示どおり30分間寝ないでおきていた話

Bさん：「骨粗鬆症の薬は起床時服用し、服用後30分は寝ないで下さいと言われたので布団に入って横になり、じっと目をあけて起きていました」

Bさんの服用している骨粗鬆症の薬は、服用後30分は横にならず、水以外の飲み物も摂取できません。これは服用した薬が食道に停留して、潰瘍などの消化器症状の発現を避けるための大切な注意事項です。したがって服用後30分間は座っていただきたいのですが、Bさんは服用後布団にもぐってしっかり目を開けて寝ないで起きていたそうです。薬剤師は、翌日この事実を知り「寝ないで」の意味の取り違えを丁寧に説明しました。笑えるような、笑えないようなお話です。

### クスリ事例③ 「食後服用」の指示はキチンと守った話

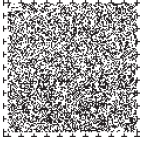
Cさん：「食後に飲むように言われたので、食事が食べられなかった時は薬も飲まなかった」

Cさんは術後の創感染防止のため、抗生物質を毎食後1錠ずつ3日間服用することになっていました。しかしながら、「気分が悪くて食事が食べられなかった時は、薬も飲まなかった」とのこと。1日3回3日間キチンと服用することにより有効血中濃度を保つことができる抗生物質ですが、3日後にお薬がたくさん残っていたCさんは残念ながら十分な薬効を得ることができなかったと思われます。これも笑えないお話です。

わたくし達薬剤師は、服薬に関する情報を提供する義務があり、最も必要な情報を適切な言葉を通してお伝えしています。しかしながら、上記三事例のように、会話の中で重要な言葉が足りなかったり、日本語を取り違えたりすることが時として起こり、場合によっては思わぬアクシデントを引き起こすこともあります。

薬は正しく服用することにより本来の薬効が期待されます。これらの事例を、わたくし達薬剤師は“笑えない話”として真摯に受け止め、日々の服薬説明に取り組んでいきたいと思っています。

さがみ野中央病院 薬剤科 神谷 昌子



## 妊娠とくすり

妊娠中にくすりを使用することはお腹の中の赤ちゃんのことを考えると心配になる方が多いと思います。もちろん不要なくすりの使用は避けるべきですが、母親の病気をくすり  
で治療することが赤ちゃんにとっても重要である場合もあります。妊娠中は不安になるこ  
とも多いと思いますが、正しい情報に基づき適切にくすりを使用することが大切です。

妊娠中にくすりや放射線などの曝露を受けていない場合でも流産は稀なものではなく、  
自然流産率は15%ほどで見られます。また、先天異常の自然発生率は3~5%です。ほと  
んどのくすりはそのような先天異常の自然発生率を高めることはありません。先天異常の  
発生率を高めるような危険なくすりは、あらかじめ使用中は妊娠を避けるように説明いた  
します。例えば妊娠に気付かずに風邪ぐすりや胃ぐすりなどを通常の範囲で使用していた  
としても、問題がない可能性が高いでしょう。

妊娠中や妊娠を希望している方でくすりに関する不安を抱えている場合は専門家に相談  
することで無用の心配を取り除けるかもしれません。まずはかかりつけの医師や薬剤師に  
相談してみてください。また、厚生労働省事業「妊娠と薬情報センター」に相談してみる  
のもいいでしょう。詳しくはホームページ (<http://www.ncchd.go.jp/kusuri/>) をご参照  
ください。

相模台病院 薬剤部 山谷 和花

第 18 回神奈川県病院薬剤師会 一般市民のためのくすり講座

### 「もっと知りたいくすりのはなし」

**日時**：2013年7月28日（日）12時30分～15時30分（開場12時20分）  
**場所**：横浜情報文化センター6階 情文ホール（横浜市中区日本大通11番地）  
**入場料**：無料（先着順・定員230名） どなたでもご自由に参加できます。

**12時30分～14時（先着順） 薬剤師による無料お薬相談**

**講演Ⅰ**：14時00分～14時30分

『妊娠とくすり ～この薬、飲んでも大丈夫？～』

相模台病院 薬剤部 山谷 和花

**講演Ⅱ**：14時30分～15時30分

『小児期接種ワクチンの大切さと一般的な知識』

横浜市立大学附属市民総合医療センター

小児総合医療センター 准教授 森 雅亮 先生



《編集後記》活躍する薬剤師を紹介しています。今後も様々な事業を企画してまいり  
ます。ご要望などございましたら、下記の事務局までご連絡お願いいたします。

《発行》公益社団法人 神奈川県病院薬剤師会

〒235-0007 横浜市磯子区西町14-11 神奈川県総合薬事保健センター 4階

TEL：045-761-3345 FAX：045-761-3347

インターネットアドレス <http://www.kshp.jp/>

