

ケアステージタイムズ

今月のトピックス

『痛み止めと市販の胃薬。一緒に飲んではいませんか?』

朝晩と冷え込む日が増えてきました。冷え込むと感じるのは、節々の痛み…「あ、いててて」と朝起きてから寝るまで口にするのは増えてきてはいませんか? 痛みがあると動くことも辛くなってくるために、痛み止めを飲む。痛み止めを飲むと胃が荒れるのが心配、と思っている方はいませんか? 実際、痛み止めと胃薬と一緒に処方されることもあり、処方される胃薬がないために市販薬でもいいかな、と飲んだことはありませんか? 実はとても危険なことなのです。確かに、一部の鎮痛剤は胃の粘膜を保護する作用を抑えてしまうために胃薬も一緒に処方されることが多いのですが、すべての鎮痛剤がその副作用をもっているわけではありません。2種類の薬が影響し合っ、て、「期待した効き目より強すぎる作用がでる」などの副作用を引き起こす可能性もあるのです。

●2種類以上の薬を飲む際に副作用に注意するポイント

- ・お薬手帳を持つ
- ・毎日使わない薬は、使用した日付をカレンダーにメモする
- ・薬を飲んだ後に不調が出た場合は、時間と症状をメモする
- ・処方されていない薬(市販薬など)薬剤師に相談していない薬や健康食品は、自己判断で一緒に飲まない
- ・飲み残した古い薬を、自己判断で飲まない
- ・同じ症状や薬だとしても、共有しない

「今まで飲んできた薬だから大丈夫」と思っている、日々変化する体に薬がどのような影響を与えるかは、全くわかりません。薬も過ぎてしまえば毒になってしまう可能性もあるのです。安易に使用するのではなく、まず薬の専門家である薬剤師に相談してから、薬を飲むようにしましょう。

(作業療法士 米井)

今後の行事・イベント情報

12月の行事 **クリスマス会**
12/20~12/25
ボランティア団体の方をお招きして
日替わりの演目を披露していただき
ます。お楽しみに☆



デイサービス空き状況

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
○	△	○	△	○	○

○: 空き有り △: 若干名のみ