



薬の正しい管理が安全安心につながります

普段あまり気にしない薬の管理。しかし、薬の有効性、安全性を保つためには、薬を正しく管理することがとても大切です。ここでは薬の保管方法と服用（飲み忘れ）について説明します。

高温・多湿・直射日光を避けての保管が基本です

処方薬、市販薬ともに、高温・多湿・直射日光を避けて保管しましょう。特に医療機関から数カ月分の薬を一度に処方されるという方は、保管場所に注意が必要です。これから先、寒くなってくると暖房器具を使うことが多くなります。薬の保管には、暖房器具から離れた場所を選びましょう。タンスの上なども暖かい空気が集まる場所なので保管場所としては適しません。

また、小さなお子さんが間違えて飲み込まないように、手の届かない場所を選ぶことも大切です。不要の薬を捨てるときもお子さんの目につかないように処分することを忘れず。

薬が入っていた容器から別の容器に入れ替えると、内容や使い方がわからなくなり、誤用や事故のもとになります。容器はそのままの状態、添付文書なども一緒に保管しましょう。

薬の保管においては使用期限にも注意が必要です。市販薬の場合は、パッケージに使用期限が書かれています。定期的にチェックして、使用期限が切れていたら廃棄してください。

表示や指示のある薬はそれに従いましょう

薬によっては保管方法が決められているものがあります。例えば、坐薬の中には冷蔵庫で保管するものがあります。この場合は、飲食物と間違わないように「薬」などと大きく表示し、はっきり区別できるようにしておくといでしょう。なお、冷凍庫での保管は避けず。

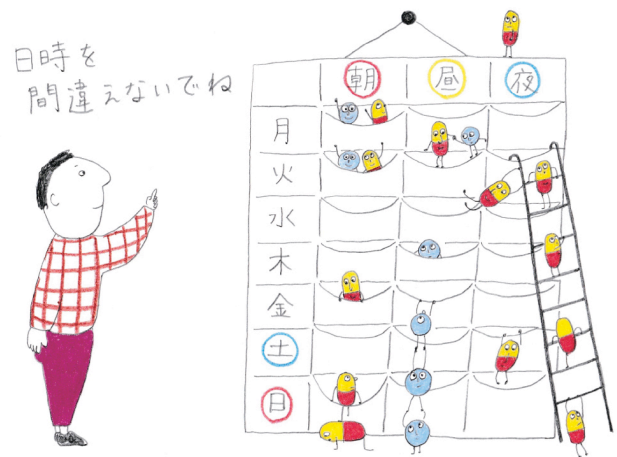
目薬に遮光袋が付いているときがあります。これは直射日光による薬の成分の変質を防ぐためです。遮光袋は色付きとは限らず、最近では透明のものも増えています。袋に「遮光袋」と表示されていたら、必ずその袋に入れて保管しましょう。

薬局で処方薬をもらったり、市販薬を購入したりする際に、薬剤師より保管についての指示があった場合は、それに従うことが原則です。

飲み忘れが多い場合は薬剤師に相談を

服用の時間や回数を守ることも薬の管理の重要なポイントです。服用する薬の種類が多くて、どの薬をいつ飲めばよいのかわからなくなるといった場合には、おくすりカレンダーや薬整理箱などを利用するとよいでしょう。また、飲む時間ごとに薬を1つの袋にまとめる“一包化”を行っている薬局もあります。

薬の管理についてわからないことがある場合は薬剤師に気軽に相談してください。



イラストレーション：堺 直子

ヘルスケア・プロショップの健康情報紙『Life』は毎月薬局でお配りしています。【無料】