

「薬の取り扱い」どーしてますか？

みなさんの家には、救急箱とイかないまでも、「いざという時」のために薬が置かれていると思います。解熱剤や消毒薬、または飲み過ぎた時の胃腸の薬など…あなたは、これらの市販薬と医師から処方された薬などを一緒にたにまとめていませんか。口を開けたままの湿布薬の袋など、乱雑に入れてはいないでしょうか。薬の取り扱いを誤ると、変質したり、感染や新たな病気の原因となってしまうこともあります。使用期限、保管方法、処分の仕方…薬の扱い方をしっかり知っておきましょう。

薬を飲む前に

市販薬を購入したら、まず薬の説明書を必ずよく読みましょう。薬は用法・用量を守ってこそよく効きます。体調や持病などによっては薬が使えないこともあるので、そのためにも確認が不可欠です。たまに説明書をよく読まずに使用したり、一回の量だけ確認したら捨ててしまう人などがありますが、説明書は薬と一緒に保管して下さい。説明書には、飲み方のほか薬を安全に使うための大事な使用上の注意（副作用、飲み合わせなど）が記載されています。外箱なども保管しておく方がよいでしょう。かさばるのを避けたい時には、使用期限やいつ開封したのか、パッケージに書かれている情報をきちんとメモしてから処分します。

薬に使用期限はあるの？

薬の開封後の使用期限は、保管場所や薬の種類によて異なります。ほとんどの市販薬のそれは半年くらいがめどですが、目薬の期限は比較的短く、一週間から一〜二カ月くらいが使用限度。子供用のシロップも一カ月くらいが限界です（保管状態が悪いと一週間くらいで変質してしまうこともあります）。軟膏やびん入りの錠剤などは、半年くらいと覚えてください。ちなみに、使用期限の記載のないものについては三年を目安に考えます。

ただし、薬のパッケージに記載されている使用期限は、あくまで未開封の場合の目安。開封後は変質したり、雑菌が混入する可能性が高くなるので、一定期間を過ぎたらなるべく惜しまず捨てるようにしましょう。フタを閉め忘れたり、湿気の多い場所、日の当た



る場所などに置いた場合も、もつと使用期限は短くなるので注意が必要です。

お医者さんから処方して
もらった薬は？

医師から処方された薬は、使う人が責任をもつて必ず市販薬とは別に保管してください。使用期限などは、受け取る際に薬剤師に確かめるとよいでしょう。薬袋に書かれていたり、薬剤情報の文書を出してもらえます。病院で処方される薬は効き目が強くなっていますし、医師がその人の病状や体質を考慮して処方した、オーダーメイド薬なので、他人が使うのは厳禁です。子供さんの場合には、親がきちんと保管して、決められた通りに飲ませるようにしましょう。

病院の薬は、飲み忘れたり、意外に早く治ってしまったりして残ることがあります。この場合、原則として治った時点で処分しましょう。再び同じような症状になったとしても原因が違つこともあり、同じ薬がよいとは限

りません。安易に自己診断するのはやめましょう。持病などがある人で、何度と同じ薬を出してもらっている場合は、残ってしまった薬を次回に繰り越せることもあります。この場合には、主治医やかかりつけの薬剤師に相談しながら、適切に薬を管理すれば問題ないと思われま

薬は清潔な冷暗所に

薬の保管場所として適しているのは、暗く、涼しく、風通しがよく、乾燥した清潔な場所。そして、薬はできるだけ空気にふれさせないようにしましょう。一度びんから出した薬は戻さず、錠剤などは必要なだけフタに出してから手にとります。直接手に出して多すぎた分をびんに戻したりすると、手についていた汗や雑菌が薬のびんの中に入り、薬の品質を落としてしまいます。同じ理由で、軟膏なども多く取りすぎたからといって、容器に戻すのはやめましょう。薬を取り扱う時は、とにかく手を清潔に。

薬は「何」こみ？

こみの分別が進む世の中です。薬を捨てるときにも分別を心がけて下さい。びんの容器は資源こみ箱などのパッケージは燃えるこみ、プラスチックの容器などは燃えないこみです。問題は、薬

そのものが「何」こみなのかということ。錠剤やカプセル剤、粉剤は燃えるこみと一緒に出せます。シロップのような液体の場合はトイレに流すといでしょう。錠剤がアルミのびんに入っている場合には、錠剤とびんを分け、アルミを燃えないこみとして分別します。糖尿

病用剤のインスリン注射などで使用した注射筒や注射針などは、処方してもらった病院などに相談して、医療廃棄物として処分してもらいましょう。



今、医療の流れは大きく変化しています。病気の予防に主眼をおいた国民健康づくり運動「健康日本21」が推進され、「健康増進法」も制定されました。この法律では、国民の義務として、国民は、健康な生活習慣の重要性に対する関心と理解を深め、生涯にわたって、自らの健康状態を自覚するとともに、健康の増進に努めなければならない」とされています。

たとえば病気になる時、医師に処方された薬を飲んでいけばいい」とか、「軽い病気だから」として安易に市販薬に頼らずに、そんな時こそ生活習慣を見直し、病気のことや薬のことについて正しい理解を深める習慣を身につけましょう。かかりつけのお医者さんはもちろん、薬剤師もこのような相談にも応じます。医師から処方された薬と市販薬の飲み合わせ、使用上の注意などもお話しします。用法用量を守ってこそ、薬による治療が安全にできるというもの。正しい知識で健康維持をはかれることを願っています。(本荘第一病院 佐々木のり子)

基準薬局リスト

鹿角市

朝日屋薬局	☎0186-23-3031	☎23-7610
かづの調剤薬局	☎0186-30-0085	☎30-0086
金山薬局花輪店	☎0186-23-5626	☎30-1666
黒沢薬局	☎0186-35-3200	☎35-3990
すみれ調剤薬局小坂店	☎0186-29-5121	☎29-5122
ナリタ薬局	☎0186-22-0028	☎22-1786
西村薬局	☎0186-37-2027	☎27-3368
花輪調剤薬局	☎0186-30-0066	☎30-0060
村木薬局	☎0186-22-0372	☎22-0472
薬局高橋屋	☎0186-37-4700	☎37-4701
柳沢薬局	☎0186-23-7562	☎23-7585

大館市

相原薬局	☎0186-42-0293	☎43-5675
河畔薬局ジャスコ大館店	☎0186-43-4622	☎43-4677
カマヤ薬局	☎0186-42-0406	☎42-8406
皇漢堂薬局本店	☎0186-48-3519	☎48-6963
タカハシ薬局	☎0186-42-0312	☎45-1300
タカハシ薬局三の丸支店	☎0186-49-2318	☎45-1301
タカハシ薬局末広店	☎0186-42-0525	☎45-1302
ツチャ薬局マックスパル店	☎0186-44-5088	☎44-5087
殿村薬局栄町店	☎0186-49-0915	☎49-1739
ナカマチ調剤薬局	☎0186-43-4026	☎43-5788
能登屋薬局	☎0186-42-2727	☎42-8747
ひまわり調剤薬局	☎0186-42-4162	☎43-3331
ファミリー薬局	☎0186-42-8144	☎42-9232
ホテヤ薬局	☎0186-42-2424	☎45-1187
ホテヤ薬局いとく店	☎0186-49-1179	☎49-0129
ホテヤ薬局御成町店	☎0186-42-4123	☎43-5171
ホテヤ調剤薬局	☎0186-43-6400	☎45-1188

北秋田郡鷹巣町・比内町

昭和堂薬局	☎0186-63-0300	☎63-0323
ひない調剤薬局	☎0186-45-4203	☎45-4031
北秋調剤薬局	☎0186-63-2510	☎63-1904
米代薬局	☎0186-62-0120	☎63-2087

能代市

赤玉薬局	☎0185-54-6074	☎52-3081
赤玉薬局駅前店	☎0185-53-4616	☎53-4619
赤玉薬局落合店	☎0185-89-1199	☎89-1210
河畔薬局	☎0185-52-3996	☎52-3997
きく薬局	☎0185-52-0345	☎52-0321
さいとう薬局	☎0185-89-1312	☎89-1314
のしろ佐野薬局	☎0185-89-1566	☎89-1567
はまなす薬局	☎0185-54-8866	☎54-8899
ひがし薬局	☎0185-58-3878	☎58-3029
ピノキオ薬局	☎0185-53-5600	☎53-5660
やなぎ薬局	☎0185-54-6507	☎54-6507

山本郡峰浜村

皆川薬局	☎0185-76-2052	☎76-2199
------	---------------	----------

秋田県薬剤師会

秋田市千秋久保田町6-6 TEL.018-833-2334
E-mail: info@akiyaku.or.jp
http://www.akiyaku.or.jp