

ご相談窓口

●医薬品や家庭で使用する医療機器について

独立行政法人医薬品医療機器総合機構(PMDA) 医薬品・医療機器相談室

医薬品相談・ジェネリック医薬品相談

薬の使用方法、副作用、飲み合わせやジェネリック医薬品に関する相談

☎ 03-3506-9457

医療機器相談

家庭で使用する医療機器の使い方の注意など

☎ 03-3506-9436

受付時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）9:00～17:00

ホームページ <http://www.info.pmda.go.jp>

●医薬品等による副作用被害や感染被害などを救済する制度について

独立行政法人医薬品医療機器総合機構(PMDA) 健康被害救済部救済制度相談窓口

☎ 0120-149-931 (フリーダイヤル)

受付時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）9:00～17:00

ホームページ <http://www.pmda.go.jp>

E-mail kyufu@pmda.go.jp

おくすりe情報

薬に関する法令・通知、統計、報道発表など、おくすり情報のポータルサイト

ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/bunya/iyakuhin/okusuri/index.html>

■パンフレットは、グリーン購入法(国等による環境物品等の調達に関する法律)に基づく基本方針の判断基準を満たす紙を使用しています。

■リサイクル適性の表示:紙へリサイクル可

パンフレットは、グリーン購入法に基づく基本方針における「印刷」に係る判断の基準にしたがい、印刷用の紙へのリサイクルに適した材料[Aランク]のみを用いて作製しています。

薬、正しくつかって
健康ファミリー

知って

おきたい

薬の知識

目次

- 薬を安全に使うために
- 薬の正しい使い方 その1
- 薬の正しい使い方 その2
- 薬の正しい保管のしかた
- ジェネリック医薬品をご存じですか？
- 薬の買い方が変わりました
- 薬の専門家にご相談ください

平成24年10月

社団法人 東京医薬品工業協会



薬を安全に使うた

1. お薬手帳（薬の記録）

「お薬手帳」とは、あなたが使っている薬を記録するための手帳です。自分の使っている薬の記録を付けておくと、医師や薬剤師に薬の名前などを正確に伝えることができ、安全性が高まります。また、薬についての情報を正しく知り、副作用や誤飲を防止したり、病気の治療や健康管理に自ら取り組めるというメリットもあります。

病院や薬局にかかる時に必ず持って行きましょう。

また、緊急時に備えて携帯しておくともよいでしょう。

病院や薬局で処方された薬、普段から使っている一般用医薬品等について、薬の名前や服用時間、服用して気付いた点などを一冊の「お薬手帳」に記入しておきましょう。



(お薬手帳の見本。薬局によりデザインは異なります。)

2. 副作用—注意が必要な場合

副作用は必ず現れるというものではありません。しかし、下記に当てはまる人は特に注意が必要です。薬の使用にあたっては薬剤師などに相談するようにしましょう。また、あらかじめ起こり得る副作用を聞いておくことも重要です。

- ・ 特異体質（アレルギー）のある人
- ・ 過去にひどい副作用を経験している人
- ・ 肝臓・腎臓など、薬を代謝・排泄する臓器に疾患のある人
- ・ 他にも薬を飲んでいる人
- ・ 妊娠している女性、授乳中の女性
- ・ 高齢者
- ・ 仕事などで特別な環境にある人(例:高所作業、ドライバーなど)

めに

3. 何か異常を感じたら…

薬の使用中に異常を感じたら、すぐに医師や薬剤師に相談してください。薬の種類によっては、自己判断で急に中止すると危険なケースもありますので注意が必要です。

医師や薬剤師に相談する際には、「何を、どのくらいの量・期間使用し、どのような症状が出たか」を説明できるようにしておきましょう。

〈副作用の初期症状の例〉

発疹、かゆみ、胃痛など

副作用によって初期症状は異なります。詳しくは以下を参考にしてください。
患者向医薬品ガイド(http://www.info.pmda.go.jp/guide_ippan/guide.html)
重篤副作用疾患別対応マニュアル
(http://www.info.pmda.go.jp/juutoku_ippan/juutoku_ippan.html)



薬の正しい使い方

1. 説明文書

薬には必ず説明文書（病院や薬局からもらう説明書、一般用医薬品の添付文書）がついています。

説明文書には、用法・用量、効能・効果などのほか、使用上の注意、副作用に関することが記載されています。必ずよく読んでから使用する習慣を身につけましょう。また、説明文書は保存しましょう。



2. 服用のタイミング

薬は、それぞれ定められた時間に飲まないとう効果が現れないことや、副作用を生じることがあります。必ず、定められた時間に飲みましょう。

薬の服用についての指示のうち、食前、食後、食間とは次のタイミングをいいます。

食前：胃の中に食べ物が入っていないとき。（食事の1時間～30分前）

食後：胃の中に食べ物が入っているとき。

（食事の後30分以内）

食間：食事と食事の間のこと、食事の2時間後が目安です。食事中に服用するというものではありません。

その1

3. 用法・用量

薬は、定められた量より多く飲んだからといって、よく効くものではありません。逆に多く飲みすぎることによって副作用が現れることがあります。自分で勝手に判断せず、定められた用法・用量を守りましょう。



4. 薬の形状

錠剤、粉薬、カプセル、シロップなど、薬にはいろいろな形状があります。治療効果を高めたり副作用を防ぐために、それぞれ適切な形状で作られているのです。形状によっては使い方に注意が必要です。

〈例〉

錠剤・カプセル：むやみにかんだりつぶしたりしてはいけません。

胃では溶けず、腸で初めて溶けて効くように設計されたものもあります。

目薬：容器の先に目やまつげが触れないようにしましょう。2種類の目薬を使用するときには、少なくとも5分間あけて使いましょう。

この他にもいろいろな形状がありますので、薬の説明文書に従って正しく使いましょう。

薬の正しい使い方

5. 高齢者が薬を使用するときは

高齢者は、血圧の薬や心臓の薬など、複数の薬を併用することが多く、使用期間も長くなりがちです。また、薬の代謝や排泄に関わる肝臓、腎臓などの働きが弱くなっています。

このため、薬が効きすぎたり、思わぬ副作用が現れることがあります。高齢者は、薬の使用量など特にその使い方に注意する必要があります。医師や薬剤師などの専門家から十分に説明を受け、正しく使いましょう。

6. 薬の飲み合わせ

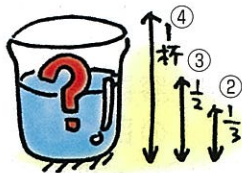
2つ以上の薬を併用すると、その種類によってお互いに影響し、効かなくなったり、効きすぎることがあります。それによって、期待される作用が現れにくくなったり、また、思わぬ副作用が現れたりすることで、適切な診療の妨げになることがあります。

病院にかかるとき、薬を買うときには、必ず医師や薬剤師などの専門家に今使っている薬を伝えましょう。

薬の飲み方Q&A

Q1 あなたはどれくらいの量の水、白湯で薬を飲んでいますか？

- ①なし ②1/3 ③1/2 ④コップ1杯



A 正解は ④ (コップ1杯)
薬はたくさん水で飲みましょう。
薬がよく吸収されます。少量の水では薬がのどや食道に張りついて炎症や潰瘍をおこすことがあります。

その2

Q2 薬を飲み忘れたときはどうしますか？

- ①気がついたときにすぐ飲む
②次に飲むときに2回分飲む



A 正解は ① (気がついたときにすぐ飲む)
思い出したときに、すぐ飲むことが基本です。ただし、薬の種類によっては、飲み忘れたときの対応が異なる場合があります。
「飲み忘れたときは、どうすればよいですか？」薬を受け取る際には、必ず医師や薬剤師にたずねて下さい。



Q3 お母さんが薬を飲むとそのお母さんの母乳を飲んでいる赤ちゃんに影響はありますか？

- ①ある ②ない



A 正解は ① (ある)
薬の種類によっては、授乳を中止しなければならない場合があります。授乳中のお母さん！医師や薬剤師に一言伝えましょう。

Q4 医師に処方してもらった薬を他の人にあげてもよいですか？

- ①はい ②いいえ



A 正解は ② (いいえ)
医師が処方した薬は、その人の症状、体質、年齢を考えて処方されているので、症状が同じだからといって絶対に他の人にあげないでください。
医師が処方した薬はあなただけの薬です。



薬の正しい保管の

1. 子供の手の届かない所に保管

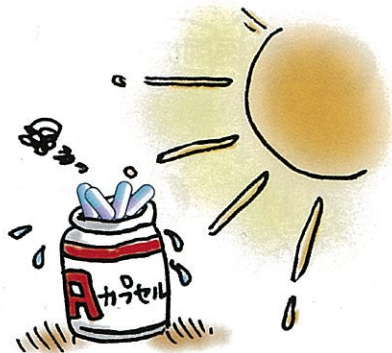
子供の誤飲事故の17%が医薬品・医薬部外品によると報告されています*。誤飲を防ぐために、子供のすぐ手の届く場所に薬を放置しないよう、常に注意しましょう。不要な薬を廃棄する場合も子供の目に触れないように処分することが大切です。

*厚生労働省「家庭用品等に係る健康被害病院モニター報告」（平成22年度）



2. 湿気、日光、高温を避けて保管

薬は湿気や光、熱によって影響を受けやすいため、保管には注意が必要です。容器のふたや栓を固くしめ、直接日光があたらない、かつ暖房器具などから離れた場所に保管しましょう。また、冷蔵庫で保存するように指示された薬は、凍らせないように注意しましょう。



しかた

3. 薬以外のものと区別して保管

誤用を避けるため、食品、農薬、殺虫剤、防虫剤などと一緒に保管してはいけません。



4. 他の容器に入れ替えない

薬を他の容器に入れかえて保管しないようにしましょう。内容や使い方がわからなくなり、誤用や事故につながる恐れがあります。

5. 古い薬は廃棄する

薬には有効期間があります。有効期間を過ぎたものや、見た目に異常がある薬は使用してはいけません。



ジェネリック医薬品をご存じですか？

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に、別のメーカーによって製造・販売される、**先発医薬品と同じ有効成分を使った薬**です。どちらも、医師が処方する薬です。

<ジェネリック医薬品の特徴>

- 先発医薬品と「**同じ有効成分**」を「**同じ量**」だけ含み、**効能・効果も基本的に変わりません**。
※有効成分以外の添加剤は先発医薬品と異なることがありますが、それには効き目や安全性に影響を与えることはありません。
- 有効成分が先発医薬品と同じように体に吸収され、**同じ効果があることを厚生労働省が認めています**。
- 臨床試験（治験）などをあらためて行う必要がないので、**先発医薬品よりも価格が安くなっています**。

<ジェネリック医薬品のメリット>

- 患者さんの**薬代の負担が軽くなります**。
- 少子高齢化などで増大する**国の医療費の支出を抑えます**。

<ジェネリック医薬品を使うには>

- かかりつけの**医師や薬剤師に相談**しましょう。
- **薬局でジェネリック医薬品に変更**することも可能です。
※先発医薬品の処方を受けた場合でも、処方せんの「変更不可欄」に「レ」や「×」などの印が無い場合には、ジェネリック医薬品に変更して調剤をしてもらうことができます。

<ジェネリック医薬品について知りたいときは>

- 医薬品医療機器総合機構（PMDA）の電話相談「**PMDAくすり相談**」をご利用ください。
電話番号03-3506-9457
受付時間：月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前9時～午後5時
- **インターネット**による情報収集も可能です。
 - ・ジェネリック医薬品の基本的なことを知りたいとき
「安心してご利用いただくために。ジェネリック医薬品Q&A」（政府広報オンライン）
http://www.gov-online.go.jp/featured/201106_01/index.html
 - ・使用している処方薬について、ジェネリック医薬品があるかどうかを調べたいときなど
「ジェネリック医薬品検索」（日本ジェネリック医薬品学会）
http://www.generic.gr.jp/index_sr.php
 - ・先発医薬品とジェネリック医薬品の差額を知りたいとき
「かんたん差額計算」（日本ジェネリック製薬協会）
<http://www.jga.gr.jp/easycalc/>

薬の種類によって買い方が異なります

- 薬には、医師の処方せんがなければ入手できない医療用医薬品と、
- 医薬品である以上、一般用医薬品であっても、副作用が起こるリスクを持った専門家に相談することが大切です。
- 皆さんが一人一人自分に合った薬を安心して購入し、より安全に使用一般用医薬品の販売方法が大きく変わりました。
- 副作用などのリスクの程度に応じて、一般用医薬品が3つの
- 販売する薬のリスク分類により、専門家の対応や商品陳列方

街の薬局などで直接購入できる一般用医薬品があります。はゼロではありません。薬を購入する際には、薬剤師・登録販売者とい

っていただけるように法律（薬事法）が改正され、平成21年6月から

グループに分類されました。法が変わりました。

リスク分類	例	対応する専門家*	薬の適正な使用のための説明・対応 (法律上の規定)
第1類医薬品 (特にリスクが高いもの)	H2ブロッカー含有薬、 一部の毛髪用薬	薬剤師	○薬を販売する際は、必要な情報を書面を用いて説明しなければならない。(義務) ○薬の購入者から相談があった場合には、必要な情報を説明しなければならない。(義務)
第2類医薬品 (リスクが比較的高いもの)	主なかぜ薬、解熱鎮痛薬、 胃腸鎮痛鎮けい薬、漢方薬	薬剤師 または 登録販売者	○薬を販売する際は、必要な情報を説明するよう努めなければならない。(努力義務) ○薬の購入者から相談があった場合には、必要な情報を説明しなければならない。(義務)
第3類医薬品 (リスクが比較的低いもの)	ビタミンB・C含有保健薬、 主な整腸薬、消化薬		○薬の購入者から相談があった場合には、必要な情報を説明しなければならない。(義務)

※専門家の説明は、14, 15ページの「薬の専門家にご相談ください」をご覧ください。
一般用医薬品販売制度ホームページ <http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/toppage>>分野別の政策「健康・医療」>医薬品・医薬機器>施策情報「一般用医薬

[bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/ippanyou/index.html](http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/ippanyou/index.html)
品販売制度」

Q.1 薬のリスク分類はどのようにして分かりますか？

A.1 薬の外箱に、第1類医薬品、第2類医薬品、第3類医薬品などの表示があります。薬局などでは、リスク分類ごとに区別して並べられています。なお、第1類医薬品は薬剤師による説明が必要なため、購入者が直接手に取れない場所に並べてあります。

Q.2 購入するときに薬の専門家と話をするにはどうしたらよいですか。

A.2 薬剤師・登録販売者といった専門家やその他の従業員は、名札で区別されています。また、薬局などによっては服装が違う場合もあります。普段利用している薬局などをチェックしてみましょう。

薬の専門家にご相談

薬剤師とは

薬剤師は、医薬品全般について、幅広い知識を持つ薬の専門家です。薬局や医療機関で処方せんに基づく調剤や患者への服薬説明を行うほか、医療用医薬品から一般用医薬品まで、すべての薬を販売したり、相談に乗ることができます。

薬剤師は、大学の薬学部を卒業し、薬剤師国家試験に合格して与えられる資格です。薬学部では、有機化学や無機化学など化合物に関する基礎的知識をはじめ、体内で薬がどのように作用するかといった知識、さらには病気やその治療についても学んでいます。平成18年度からは、薬学部は6年制となりました。

なお、薬局や医療機関で調剤に携わるだけでなく、学校での環境衛生管理や、医薬品の研究開発や製造に関与している薬剤師もいます。

登録販売者とは

登録販売者は、薬剤師とは別に一般用医薬品の、第2類、第3類医薬品について販売したり、相談に乗ったりできる専門家です。

登録販売者になるには、都道府県が実施する試験に合格し、都道府県知事の登録を受ける必要があります。

ください

“かかりつけ”の薬局・薬剤師

相談しやすく、自分の症状について丁寧に聞いてくれる。薬のことだけでなく、生活上のアドバイスや情報をくれる。そんな薬剤師がいる薬局が身近にあると安心です。

処方せんで調剤を受けるときも、一般用医薬品を買うときも、同じ薬局を利用すれば、薬の飲み合わせ（相互作用）や重複をすぐに確認してもらうことができます。

信頼できる“かかりつけ薬局”を持ちましょう。

薬剤師会では、業務内容や地域医療との連携体制などについて、一定の基準を満たした薬局を「基準薬局」として、認定しています。次のようなマークを、かかりつけ薬局選びの参考にしてください。



全国の薬局の情報がネット検索できます

厚生労働省ホームページ「薬局機能情報提供制度について」から各都道府県の情報ページにリンクしています。薬局選びにご活用ください。

http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/kinoujouhou/index.html
トップページ>分野別の政策「健康・医療」>医薬品・医療機器>施策情報「薬局機能情報提供制度」

<公開されている項目例>

- ・薬局の名称
- ・営業日・営業時間
- ・相談内容(薬の相談、中毒相談、禁煙相談の実施など)
- ・業務内容(一包化、麻薬調剤、在宅訪問への対応など)
- ・サービス内容(対応できる外国語、車椅子の利用など)