令和５年度新里福寿大学

第５回講座
「お薬なんでも相談」
～くすりの正しい使い方～

令和５年９月５日（火）
新里総合センター３階
大会議室

講師の石井先生

伝習館
石原副館長

第５回の新里福寿大学は、県の「出前なんでも講座」を利用して行いました。

講座風景

今回の講座は、「お薬なんでも相談」～くすりの正しい使い方～と題して講義を実施しました。病気や怪我をしたら、くすりを使わないと治らないのでしょうか。そういうわけでなく、元々、体の免疫力「自然治癒力」で治すものなので、くすりは、その手助けをするものです。

薬の服用する回数は、くすりの種類によって血中濃度（どのくらい体の中に蓄積されるか）により決まっているもので、自分の都合で２倍の量を服用したり服用回数を多くしたりすると血中濃度が高くなり、副作用の危険が高まってしまいます。体に良くないので、決められた服用方法と量を守りましょう。

くすりを飲むいくつかの注意点がありますが、食べ物や飲み物による飲み合わせ（納豆は血液が固くなるので、血液サラサラにする薬とは飲み合わせが悪い等）に注意。くすりは噛んだりカプセルを外したりしてはダメで折角、腸で効く物がそこまで届かなくて無駄になってしまうので、注意が必要です。

受講生の皆さんは、いつも飲んでいる身近なくすりの話であったためと薬剤師さんの話を聞くことが珍しいことも重なり真剣に聞き入っていました。

石井先生わかりやすく親切丁寧に教えていただき大変ありがとうございました。