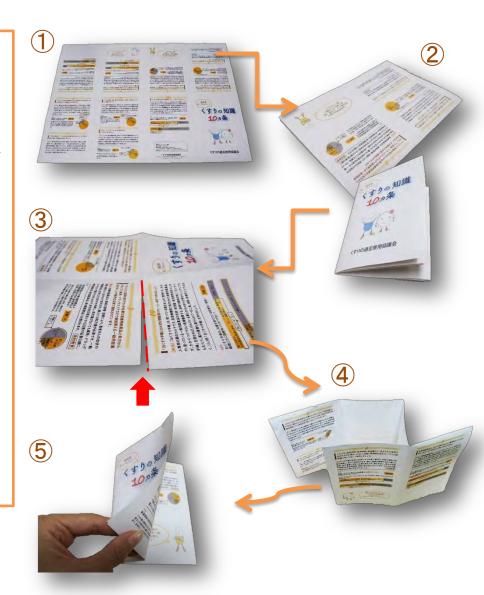
# 簡単に自作できる! くすりの知識10ヵ条 豆本の作り方

- ① プリンタにA3用紙をセットし、この次のページを印刷します。このとき、「ページの縮小や拡大」、「用紙にあわせる」などの機能は使用せず、そのままの大きさで印刷してください。もし印刷して余白ができてしまったら、適宜切り落としてください。
- ② 印刷した用紙を、印刷面を外側にし、3回折ってください。この時、表紙が外側にくるようにしてください。
- ③ 折った紙を一旦2つ折りまで拡げ、点線部分を鋏で切ってください。
- ④ 再度紙を広げ、ページが順番になるように折り 目を整えながら折り直してください。
- ⑤ 完成です! おくすり手帳と一緒に使っても便利ですね!



» lþ "るあ"はとこさし歌鯛" % 6G いながなムニオノきカー % L8 "るいフCEK" TE いなきで限説却でま由野

。すずらよいをこませて計をご持。でまりあれ鏡繇の歌癲おこ 博4さその子、信6株まI人るいJフン
いまるよこいはたいより
フリッカー
はある。

いり見まてし歌懇ご問 の状 並な ら も ご 同 な 執 家 、 多 薬 寸 水 ち 亢 処 で 剥 雨 な 伏 自

。いち
計>
でいな
けあ
に
し
の
い
を
楽
の
そ

5自。よろこるなコ状並い重フえ散び再、放菌、高素力で、数き生、Jへん おえ例。でました処私稲国フリ<u></u> 画寿 き間 開 ム 量 な 要 な 、 多 薬 寸 c 合 こいろき患。ドーペーや一木のいろの人一、お品薬 国用療 国【説解】

。みせまもいしおってあこしんのかるりもくのろ、きま 、下サリナノら減る量リナめ土で間にの代自、お品薬国用療国



くすりには主作用と副作用があり、副作用には予期できるもの

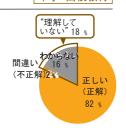
と予期することが困難なものがあります。

【解説】薬の本来の目的である病気を治したり症状を軽くする働き のことを「主作用」、薬本来の目的以外の好ましくない働きのことを 「副作用」と言います。例えば花粉症の薬などに含まれる抗ヒスタミ ン成分は、鼻水やくしゃみを抑える一方、脳に作用して眠気を起こす ことがあります。このように、全ての薬は、「主作用」と「副作用」を 併せ持っています。 中学·高校教育

ます。

薬を正しく使っていても副作 正解:〇 用が起こる可能性がある?

その薬が元々持っている性質、患者さんの体質や体 調により、正しく使っても副作用が起こることがあ ります。また、説明書などに記載されている副作用 だけでなく、予期できない副作用が出る場合もあり



くすりを使用していつもと様子が違う時や判らないことがある 時は、医師・薬剤師に相談しましょう。

【解説】薬の副作用はさまざま。発疹、かゆみ、眠気、下痢など、薬を 使用していて、異常を感じたり、いつもと違う症状が出たら、早めに 医師や薬剤師に相談してください。その際、のんだ薬の名前と量・期 間、どのような症状が出たかをメモしておき、「お薬手帳」と一緒に出 すとスムーズです。高血圧の薬など、薬によっては、自己判断でのむ のを止めると危険な場合もあります。

いちおくでんのとして ,こよるきう 単発 ふた う中 の 朴 072244G377





経験があります。 

いびていまうろのの質な 、一コーロサ茶は、多薬肌内のとな済パサでれず廃録

育粦学中

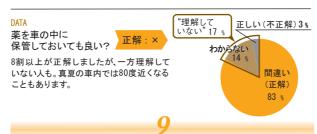
。こもしまり下ろて八更ゴホらの矢の 薬のパラパチ。でまいフパらぬ来、な量・間部・竣回用動るパち軽発、な 

。 ちょしましまかり まって正しく使用しましょう。 説のリヤ〉、み示計の補廃薬・耐国、りおフcな異パラパラが去 古用動されるぬ来、当な量用動、間部用動、隣回用動、却い下>



くすりは高温・多湿・直射日光を避け、子供の手の届かないとこ ろに保管しましょう。

【解説】医療用医薬品では、患者さん本人が処方された期間内に使 い切ります。一般用医薬品では、外箱に印刷された使用期限を確認 します。通常、製造後未開封で3~5年が使用期限です。薬は、車内 や窓際などの高温・多湿・直射日光を避け、誤飲による中毒を防ぐ ため乳幼児の手が届かない場所に保管してください。

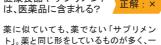


|「サプリメント」や「トクホ」は食品であり、 くすりではありません。

【解説】トクホ (特定健康食品) を含む、さまざまな健康食品やサプリ メントは、全て「食品」であり、形は似ていても薬とは別のものです。薬 は、病気やケガを予防したり治療する目的で使いますが、健康食品は、 健康な人が健康の維持や増進の目的で使います。そのため、薬は、医師 や薬剤師などの専門家の指導のもとで使用します。

あります。

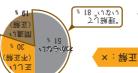
健康食品やサプリメント は、医薬品に含まれる?







iプを全てい書 心酸代の34酸2第 説明書には、必ず第1類、 **今**蘇の品薬国用級一



。下う状形がのいないプリ透影が源版的本基 、中ゴバ5等網子売艰イベト。各回3/15/8/な 代'位信d, 无斑二亚多族代'位信ECO 正O 姚一

いるるが、は要似るで用動プリ高玉コ 3な用計幅,AtO品薬国醭E策U る品楽 母談「策却で品楽 母田姗ー

育様対高 。たまがち群代コ品薬到醛5第、品薬到醛2第、品薬到酵1第 , コ馴な要必な意式るべい合数の對全安, グのよる考ざ人類で当なてイス ででです・周薬よフ〉なな変衣吸、J間伴う代自多さな状並、お品薬因用 - 。下で要心は変式吸却コス類、水ち式吸てサイ合コ当な資本、福辛 か状並のひち香患、いよコ間翁・察翁の耐困、お品薬
、おいま
の計算
の計算<

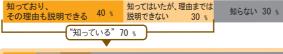
。下まいて水ち帰患で野去お売頭の子、いるが品 薬国用卵ーる方買對直か込む下イスやでです・局薬よ丁〉なが 



# 「おくすり手帳」は大切な情報源です。一人一冊ずつ持ちましょう。

【解説】「おくすり手帳」は、使っている薬をまとめて管理する、その 人専用の薬のカルテです。各医療機関で処方された医療用医薬品 や、使っている一般用医薬品の名前・使用量・使用期間を記入しま す。かかりつけでない医療機関でも、診察や調剤の時に「おくすり 手帳」を見せれば、のんでいる薬とののみ合わせ等をチェックしても らえたり、薬の重複も避けられて一石二鳥。病院・診療所ごとではな く、1人1冊「おくすり手帳」を持ちましょう。

おくすり手帳を、治療を受けている診療科/医院/ 病院ごとに複数持ってはいけない?



8% ことがあ "経験がある" 29 🐒 一度もしたことがない 71 %

調査方法:インターネット調査 調查実施期間: 平成26年6月 調査対象者: 全国の20 歳以上の男女900名 [ 20-30代男女、40-50代男女、60代以上の男女、各300名] 調查全文:http://www.rad-ar.or.ip/information/pdf/nr14-140723.pdf

# くすりの適正使用協議会

〒103-0012 東京都中央区日本橋堀留町 1-4-2 日本橋 N ビル Tel: 03-3663-8891 Mail: nfo@rad-ar.or.jp

。みせまりあわずとこな民容、>そ

よくころれち念間で中金お発開ノベノ。でまくりてめばれち人彰き祢姑藤のとなら 醂2qi,薬嶋ムバザ,おう近最,ホホ言とるかか中で やおこるを発開き薬のCI

「の代式を済む率で気の発開楽様

ATAC

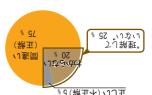
## 育粦燅高

。もまれる体質フリム薬 、沈わらのよう発き査審の国、水ち監郵や対全安と果校し返り繰び

。すまいてれち査審社社全安や



鍵属の々楼、当な鍵結和調や鍵結勤基、おこるを発開多薬 【説解】



iもう者一次のるめ高

また融合器自。みせまきずおよこるを初そ 多邢風, う薬るえ附る状並の邢風 割薬邢風

> い」見るはの含薬派風 、おこはかためには、

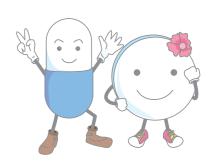
# 。でまいろれた対き

**泉の込む菌泉森、セナギルら呼き状並の込む焼、お薬。ヤブのよるよコした** お顔経さらいるで養朴プリンな親いる多養栄、胡かいの多邪風 【説解】

。でまり用るいでくためにくまりによります。 回のがけけみ戻就ご問なたよの子。でまじあよろこいなな値に代充が 

最低限 知っておきたい!

# すりの知識



くすりの適正使用協議会