

「お薬の飲み方は、ちゃんと守らないといけないの？」

量・飲むタイミングによっては、効能を発揮しない場合があります。



慢性腎臓病を患っている方は、おそらく複数のお薬を服用していらっしゃる場合が多いのではないのでしょうか。一日 1 錠の服用で良いものもあれば、毎食前や後など 1 日 3 回服用しなくてはならないものまで多種多様であり、忙しい日常の中でついつい飲み忘れてしまうこともあるでしょう。例えば、食前に飲むべきお薬をすっかり飲み忘れてしまったので食後に服用してみたり、「どうせ胃に入るんだから同じだ」と、お酒と一緒に飲んでしまったり、自分の判断で服用のタイミングや量を調節してしまった経験がある方も、少なからずいらっしゃるのではないのでしょうか。

当然ですが、みなさんが日頃飲んでいるお薬には、それぞれに効能があります。そして、その効能を十分に発揮させるためには、「いつ」、「どのくらい」ということがとても重要になってきます。せっかく服用しても、これを間違ってしまうと効能を発揮しないどころか、場合によっては体に悪影響を及ぼしてしまうことさえあるのです。

このようなことを防ぐためにも、薬剤師やかかりつけ医に処方されているお薬の効能を聞いたり、飲み忘れてしまったときはどうすればいいのか、一緒に摂取してはいけない食品には何があるのかなど前もって確認し、より効果的にお薬を服用できるよう普段から準備しておくといでしょう。

あなたの体のために、 月に 1 度はかかりつけ医を受診しましょう

今後とも FROM-J へのご協力をお願いいたします。

FROM-J データセンター

既にかかりつけ医の先生からご説明を受けられた参加者の方もいらっしゃると思いますが、2008 年よりみなさまに 3 年間ご協力いただいております戦略研究 FROM-J が、当初予定しておりました研究期間終了の 2012 年 3 月から 2014 年 3 月までと研究を 2 年間継続することを検討いたしております。来年以降研究を継続いただいた場合も、これまでと特に変わることはありませんので、是非引き続きご協力をいただきたいと FROM-J 関係者一同心より願っております。



今まで本研究にご参加いただきみなさまには多々ご協力をいただいておりますが、今後研究をご継続いただくに当たって、不安なことや分からないこと、色々ご意見などもあるかと思っております。何かございましたら、是非かかりつけ医の先生や管理栄養士、また FROM-J データセンターへご相談・お問合せください。みなさまの貴重なご意見を参考にさせていただき、引き続きみなさまのサポートをさせていただければと考えております。

参加者のみなさま、何卒引き続きご参加いただきますよう、宜しくお願いいたします。

FROM-J 研究リーダー 筑波大学大学院人間総合科学研究科 山縣 邦弘

<お問い合わせ先>

FROM-J データセンター TEL:0120-15-2664(平日 9:00~17:30)