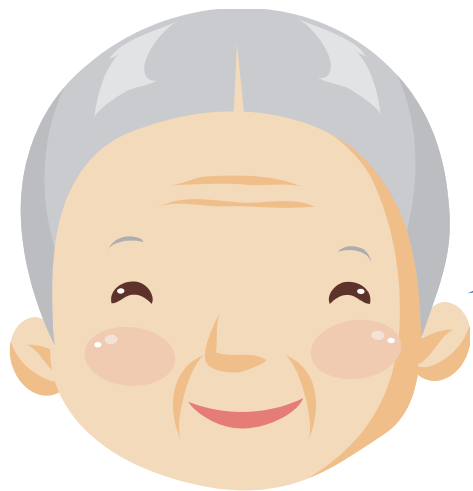


おくすり、正しく飲めていますか？



市大病院10東病棟看護師

⚠ うっかり飲み忘れてしまいます



食事が済んだら、すぐに後片づけ。薬は後で飲もうと思って、結局飲み忘れてしまうんですね

朝は苦手でぎりぎりまで寝ているので朝食は食べません。そのせいでお薬を飲むのも忘れてしまいます。どうすればいい？



⚠️ 飲み忘れたと思い、あわてて内服。
あっ！さっきも飲んだた！！



オーマイ
ガー！！

- 飲み忘れに気づき、あわてて内服。ギリギリセーフ！！あれ、そういえばさっきも飲んだ気が・・・。



このようなケースはお薬の副作用がつよく出てしまったり、次の受診までにお薬が足りなくなってしまう危険があります。



お薬のカラは捨てず
おいておくべし

⚠ 朝と夕だけなのに、昼も飲んでしまった！！

• 市大エレキテル連合



他のお薬が朝・昼・夕なので、間違ってお昼にも飲んでしまうという方、多いです。あやまって昼に飲んでしまったときは夕の分はとばしてください。



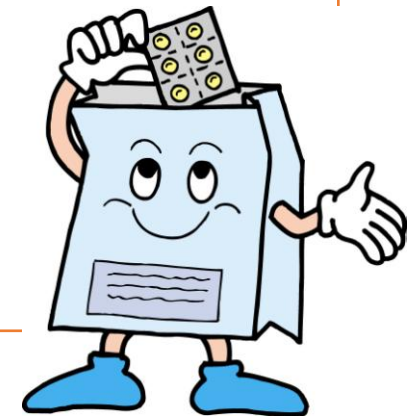
正しく内服できない要因ベスト5(看護師の主観です)



発表します ♪



1. 後で飲もうと思い、うっかり忘れる
2. 朝ご飯を食べないので、飲み忘れてしまう
3. 朝・夕の内服なのに、あやまって昼にも飲んでしまう
4. 人前で飲むのは避けたいので、外食時は自宅に戻ってから飲むつもりが、結局飲み忘れてしまう。
5. 内服する前に寝てしまう





内服を忘れないための対策

- ＊自分の飲んでる薬の用法・用量を理解する
- ＊チェック表を作り、毎回チェックする
- ＊1週間に1回程度は、残数が合っているか確認する
- ＊薬のカラは捨てずに残しておく、寝る前に捨てるようにする
- ＊内服薬のシートに直接日付を書くようにする
- ＊カレンダーに貼る
- ＊分包箱を使用する



こんなことしていませんか??

朝のお薬を飲み忘れたから、夜に2回分まとめて飲みました。ぎりぎりセーフ!! ですよねぇ?

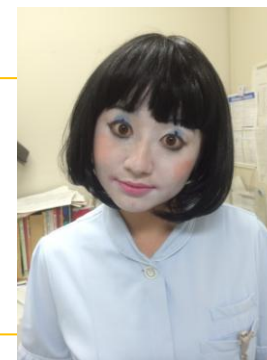
答え

正しい用法・用量を内服することが大切です! 忘れていたからと言って日量をまとめて飲むのは危険!! 絶対にしてはいけません。

今日は外来診察日♪
お薬たくさん残ってるなあ(-_-;)
先生に怒られるかもしれないから黙っとこう

たくさん残っているということは、必要な量が体に入っていないということです。対策を考える必要があるので正直に報告しましょう

♡100円均一商品(^O^♡



いいじゃないの



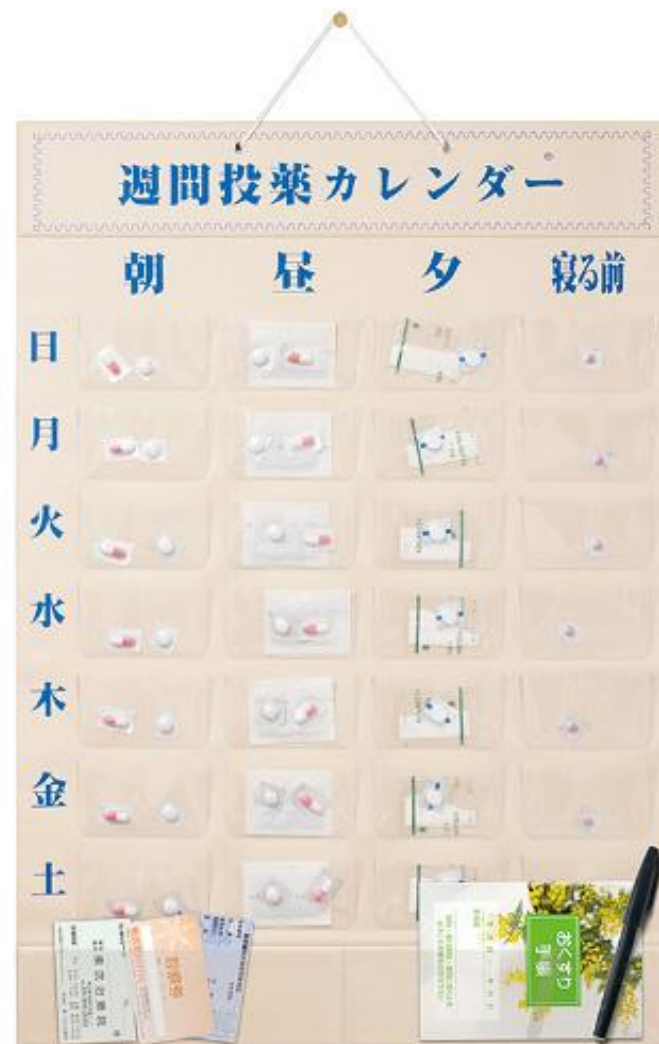
ピルケース



♡これも100円均一で買えます♡



♡大きめのドラッグストアが売ってるお店で買える♡お薬カレンダー(^0^)



♡無印良品で買える♡



294円



214円

♡この病院から
一番近いドラッグストア♡
☆マツモトキヨシ☆



少し高めの1522円



上記は2つとも302円



左記は410円

♡ネットで買えるタイマー付きケース♡



•2139円

•ちょっと高いです。。。

内服を忘れたら

だめよ、だめだめえ

- ウイルスを減らすためにしっかり飲みましょう。
- 飲んだり飲まなかったら意味ないよ～
- 内服で治す治療なので飲み忘れば治療効果激減します。
- 高いお金と通院の時間のムダになります。



では、オリジナルおくすりBOXを作しましょう

