

お薬を飲み忘れた時の対応、 知っていますか？



薬剤部 薬剤師
さくらい かおり
櫻井 香織

お薬を正しく服用することは とても大切です

「お薬を飲むのを忘れていた！」そんな経験をしたこと、一度はあると思います。お薬は決まった時間に服用し、からだの中のお薬の量を一定以上に維持することで効果を発揮します。ある抗がん薬に関する調査では、10回に1回以下の飲み忘れの人は94%効果があったにも関わらず、10回に2回飲み忘れがあると30%ほどしか効果がなかったというデータもあります。些細な飲み忘れでも、とても大きな影響が出てしまいます。

医師は、患者さんから伝えない限り、お薬はちゃんと飲んでいると判断し、必要に応じてお薬の変更や量を増やすことを考えます。もし飲み忘れが多いと、正しい診察ができなくなります。お薬の効果を正しく判断するためにも、きちんとお薬を飲み、飲み忘れた時には診察の際に伝えてください。

飲み忘れに気づいたら

お薬を飲む時間を過ぎてから、飲み忘れに気づくこともありますね。お薬の飲み忘れたタイミングが服用時間と近い

場合には、気づいた時に服用することができます。気づくのが遅くなった場合には次の服用時間まで待ちましょう。1回分飲んでいないからと、一度に2回分のお薬を飲んではいけません。からだの中のお薬の量が一時的に必要な以上に多くなり、副作用の起こる可能性があるためです。

お薬によっては、服用タイミングを間違えると効果が弱くなったり、副作用が出てしまうことがあります。例えば、糖尿病治療薬の一部は食直前に服用しますが、違うタイミングで服用すると、低血糖の恐れがあります。沈降炭酸カルシウム(血液中リン濃度の高い患者さんや透析の患者さん)は、食直後に服用し、食事の中のリンと結びついて効果を発揮します。食直後以外に服用した場合は、効果が下がるだけでなく、お薬の成分がからだに取り込まれ、血液中のカルシウムが高くなる恐れがあります。

お薬によって対応が異なるので、あらかじめ説明を受け、対応がわからない時には自分で判断せず、医師や薬剤師に相談しましょう。また、飲み忘れが多い時にもご相談ください。ライフスタイルにあわせてお薬に変更したり、飲みやすく袋にまとめる一包化など工夫して、飲み忘れを一緒に防ぎましょう。