

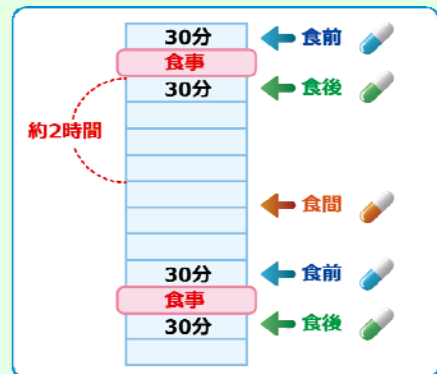
クスリの「服用時間」の意味



病院で処方される薬には、「食前」、「食後」など飲むべき時間が決められています。これは胃・腸の中の様子で薬の吸収や作用に影響するためであり、「胃に負担をかけないため」という理由ではありません。また、「食間」など意外と間違えている方は少なくありません。食間とは、「食事の最中に飲むこと」ではなく「食事と食事の間」という意味があり、食後2時間程、経過した時をいいます。

【食前・食間・食後の意味】

食前	食事の30分程度前の空腹時に
食後	食事の後で30分程度以内に
食間	食後2～3時間の空腹時に
就寝前	寝る直前に



「食後1日3回の服用」を指示しているのは、大抵の場合、食後だと習慣にして忘れにくいことや、飲む間隔が適当であるなどの理由であり「胃に食べたものが入っていないといけない」や「薬の刺激で胃が痛む」などという理由ではありません。（一部例外あり）
なお「食後30分以内」とは、食後に30分待つ必要はなく、食事が済み次第にクスリを飲んでくださいという意味です。多少、時間がずれても、飲み忘れない事の方が大切です。

訪問看護では、服薬間違いや飲み忘れが多い方や家族も高齢で管理できない場合に関して処方が出れば、どれをいつどのように飲むかをきちんと整理し、利用者が適量を適した時間に服薬できるようにしています。薬は作用があれば副作用があるので、食後に薬が多ければ、その飲水量さえ苦痛になることも少なくありません。症状に合わせたお薬を確実に適切に飲むよう、管理が大切です。

お困りごとがございましたら気兼ねなくご相談ください。

管理者のひとりごと



今、私はダイエットを頑張っています。運動は出来ないのに、食事制限（おやつにおからクッキー、低GIのチョコレートを食べる。）をしているのですが、全く痩せません。やっぱり、ダイエットは運動をしないとダメなんですかね？

【発行元】

訪問リハビリ対応可！【事業所番号：1160890178】

343-0836 越谷市蒲生寿町4-18 関根ビル2F **アモール訪問看護リハビリステーション越谷**

TEL：048-961-8902 FAX：048-961-8903 営業時間：平日 9:00～18:00（休日：土日祝日）

正看護師：3名、理学療法士：2名、作業療法士：0名、言語聴覚士：0名（2016.3.1現在）