

知ってるようで、意外と知らない？ “薬の飲み方”を再チェック！



「食前」「食間」「食後」って、
具体的にいつのこと?

A 「食前」は食事の前30分前後、
「食後」は食事の後30分前後です。
「食間」は、食事の後2時間くらい
たった空腹時をいいます(食事の最
中に飲むという意味ではありません
ん)。

また、薬によっては「食直後」、つ
まり食事をしたらすぐに飲む、と
いう種類のものもあります。薬を
もらう際に薬剤師によく確認しま
しょう。

食事の回数や時間が
不規則な場合は
どうすればいいの？

A 一般的には、薬を飲む時間をで
きるだけ等間隔にする、多めの水

で飲むようにするなどの方法があ
ります。ただし、薬の種類によつて
は必ず食後に飲まなければならな
いものや、食後でないとも効果の出
ない薬もあるので一概には判断で
きません。食事時間が不規則にな
りがちな人は事前に薬剤師に相談
しましょう。

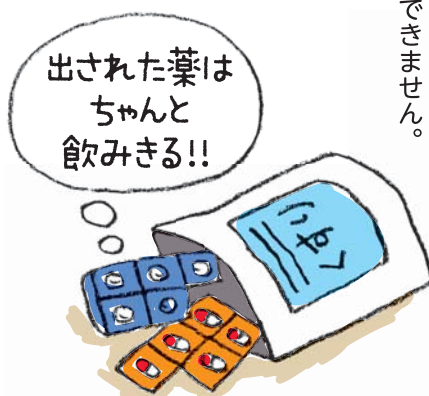
内服薬は水なしで
飲んでもいいの？
お茶やジュースで
飲んでもいいの？



A 水なしで飲むと、薬がのどや
食道にひっかかるだけでなく、薬の
吸収が遅くなったり、効き目が悪く
なったりすることもあるため、コッ
プ1杯の水と一緒に飲むのが基本
です。

お茶やジュース、アルコール類な

どを水の代用にするのは、飲み物
と薬の成分の関係によつては効き
目が悪くなったり副作用が出たり
するおそれもあるため、おすすめ
できません。



病院で出してもらった薬、
症状が治まったので余つ
た分は取っておき、また
具合が悪くなったときに
使ってもいいですね？

A 医師が診察して処方した薬は、
その人のその時の症状や体質に合
わせて出されたものです。処方さ
れた薬は自己判断で途中でやめず
に飲み続けるのが基本です。特に、抗
生物質など症状が治まっても一定
期間飲まなければいけない薬もあ
りますので自己判断は禁物。もち
ろん、他人が同じような症状になつ
たからといって飲ませるのは厳禁
です。

市販の「風邪薬」を飲み
ましたが、熱が高いし、
せきもひどいので、それ
ぞれの薬を追加で飲め
ば早く治るのでは？

A 市販の一般的な風邪薬「総合感
冒薬」は、風邪に伴うさまざまな症
状の緩和に有効な成分を合わせて
調剤してあるものです。ですから、「せ
き止め」「鼻炎薬」「解熱剤・頭痛薬」
などを同時に飲むと、その成分の
適正量を越えてしまうことがあ
り、副作用のおそれもあります。
すでに何かほかの薬を飲んでい
るときも自己判断せず、店頭で薬剤
師に相談しましょう。

