



退院後も



つなぎます

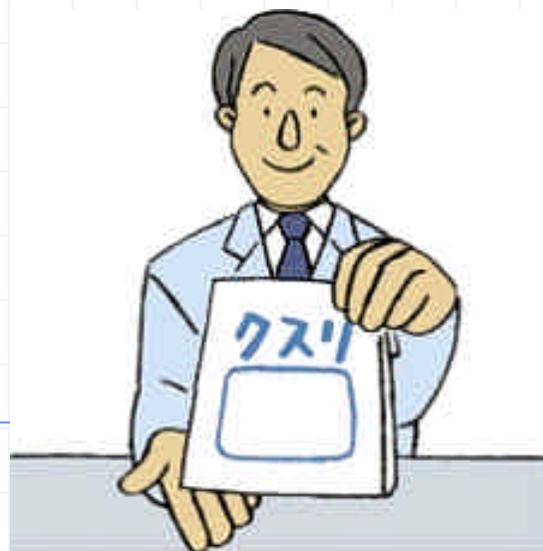


あなたの



こころとからだ

# くすりの正しい飲み方 飲ませ方



# 今日の内容

高齢者の体の変化とおくすり

～ 高齢者の感覚を体験してみよう ～

おくすりを正しく上手に飲むための工夫

経管栄養でのおくすりの投与方法

おくすりの正しい飲み方



# 高齢者の体の変化とおくすり



# 加齢による身体の変化

- 感覚器官 (目や耳など)の機能の低下
- 筋力の低下
- 運動機能の低下、バランスをくずしやすい
- 関節の可動域が狭くなる
- 内臓機能の低下
- 精神や心、思考の変化



# おくすりの副作用に注意！

体は加齢に伴い、肝臓でお薬を分解する機能や腎臓から薬を排泄する機能が低下します。

個人差がありますが、高齢者ではお薬の効果が強く出たり、効果が長く続いたりすることがあります。

# 高齢者の感覚を体験してみよう!

## 白内障を体験できるメガネ

霧の中にいる様にかすんで見えます  
黄色から茶色に視界が着色しています

## リウマチの手の感覚を体験できる手袋

リウマチに特有の手のこわばりを体験  
できます  
指の動きが制限されます

# どのように感じましたか？

## 白内障では

薄い色、特に黄色は見えにくい  
字がぼやけている  
小さい字は見えにくい



はっきりした色で  
大きな字で

## リウマチでの手の感覚は

細かい作業が行いにくい  
作業に時間がかかる  
力が入れにくい



切り込みを入れる  
などちょっとした  
工夫でずいぶん  
違います！

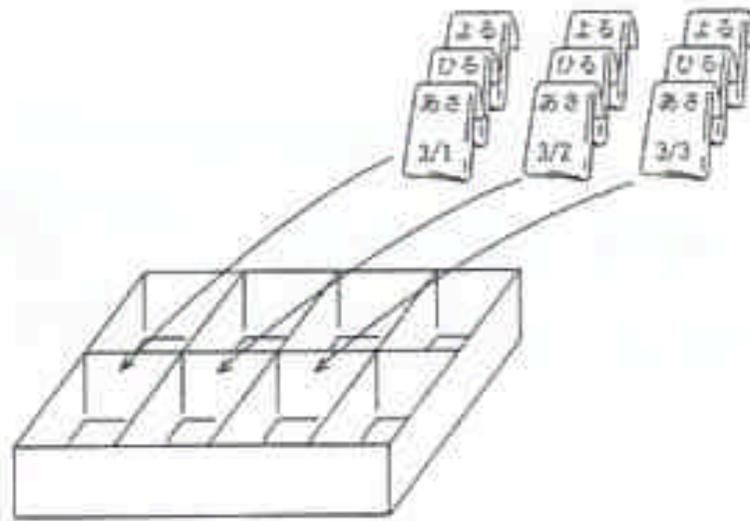
# おくすりを正しく上手に 飲むための工夫



# お薬を飲んだのか忘れてしまう方

朝に 日分のお薬を飲み方別に用意しておきます。

空き箱などに仕切りを作り置いておきます。



飲み忘れていればすぐに分かります。

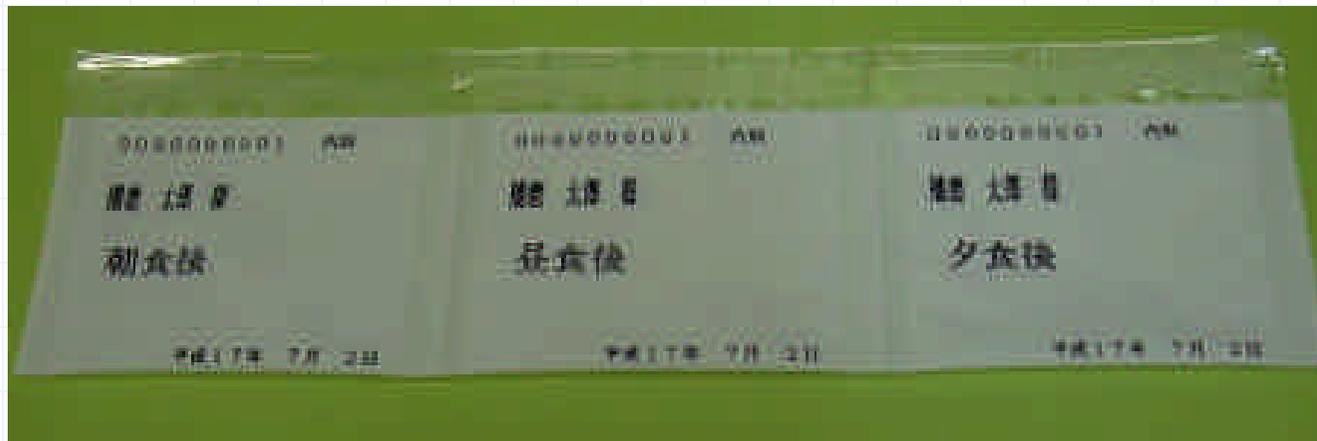
# お薬が取り出しにくい方

『プッチン錠』という器具があります。  
手の力が弱くても簡単にシートからお薬  
を取り出せます。



# 飲み間違いの多い方

飲み方別に一回の服用分単位でお薬をビニールシートに入れたものをお渡しすることもできます。



切り込みを入れておけば、少しの力でも簡単に開けることができます。

# お薬が飲み込みにくい方

## ゼリー状オブラート

お薬をゼリー状オブラートで包みこむと、つるりと飲み込みやすくなります。

薬屋さん等で購入できます。

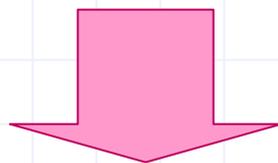


ノンカロリー・ノンシュガー 甘い味付  
などあります。

# どうしても錠剤が飲み込みにくい方

粉薬や、水薬に変更できるものもあります。

カプセルをはずしたり、錠剤をつぶして飲みやすくすることもできます。



つぶすことで苦味や刺激を生じることもあります。

つぶすことのできないお薬もあります。

# つぶすことができない薬

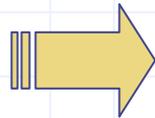
- 一度に溶け出さず、長時間安定して効果が出るよう工夫されているお薬
- 胃では溶けずに腸で溶け出すように設計されているお薬
- 湿気に弱いお薬

こういった場合は同じ効果のあるお薬でつぶすことのできるものに変更します。

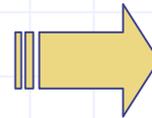
# 口腔内崩壊錠

少量の水でも口の中ですばやく形が崩れるように工夫されているお薬です。

まだ数は少ないですが、今後増えてくると思われます。



直後



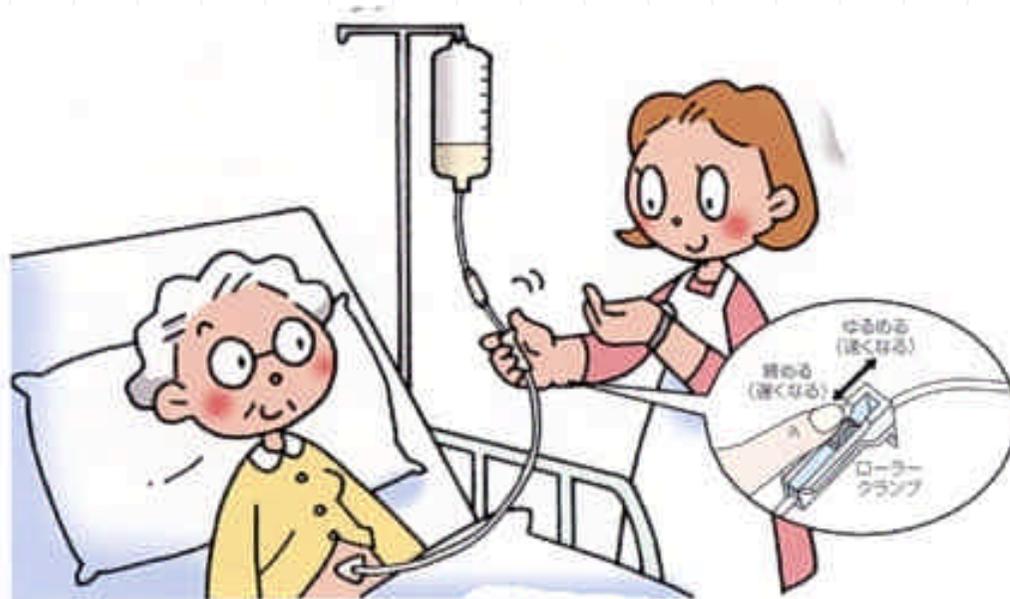
30秒後

# 経管栄養での おくすりの投与方法



# 経管栄養とは？

口から食事を十分にとることができない方や安全に飲み込むことができない方のために、チューブから液状の栄養を投与する栄養管理方法です。



# 経管栄養でのお薬の投与の仕方

液体 …そのまま注射器に吸いとる。

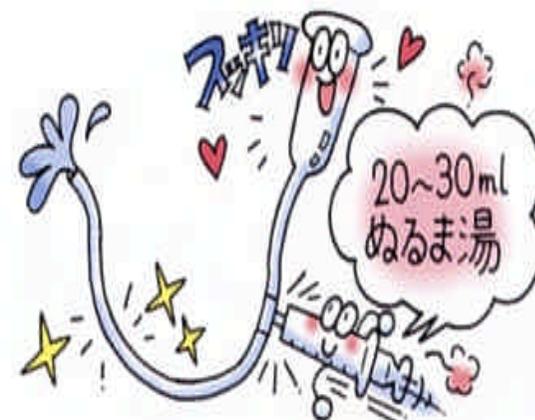
粉薬 …小さなコップにお薬と約 20m Lのぬるま湯を入れて溶かし、注射器に吸いとる。

注射器にとったお薬をチューブより注入します



# 経管栄養でのお薬の投与の仕方

お薬を注入した後はお薬がチューブに残らないように約20mLのぬるま湯で流します。



**つまりやすいお薬には気をつけて！**

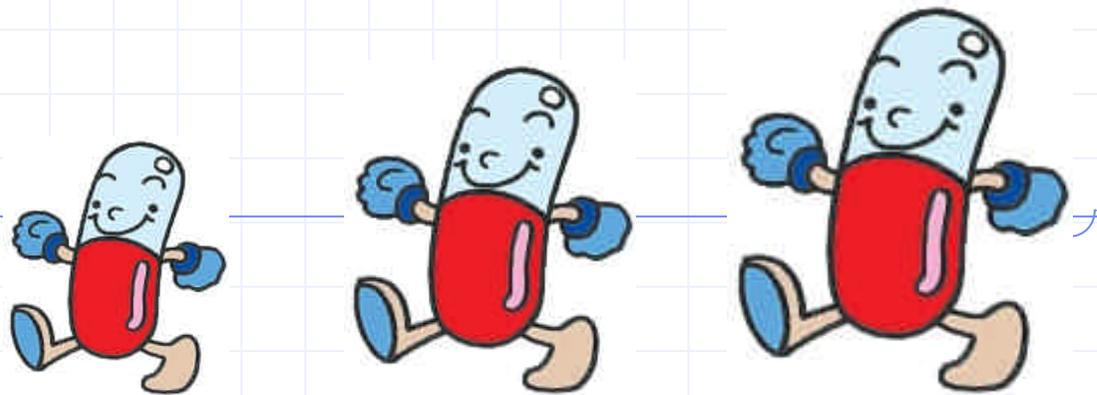
- ・漢方薬 粉砕すると溶けやすい
- ・タンニン酸アルブミン (下痢止め) 多めのぬるま湯に溶くと注入しやすい
- ・酸化マグネシウム (下剤)

# 投与時に注意すること

- ・医師が許可した医薬品、食品、健康食品、栄養剤以外は投与しないようにしましょう。
- ・栄養剤とお薬を混合して注入しないようにしましょう。

チューブが詰まる原因になります！！

# おくすりの正しい飲み方



# 用法の種類

食 前 …食事のおよそ 30分前

食 後 …食事のおよそ 30分以内

食 間 …食事のおよそ 2時間後

食直前 …食事のすぐ前に

寝る前 …就寝の 30分前

頓 服 …必要なときに



# よくある質問



ご飯を食べないと

食後の薬は飲んではいけないの？

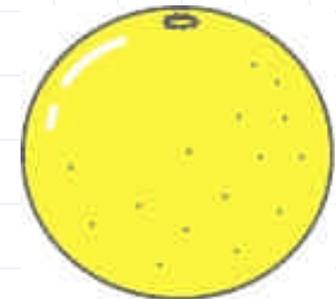
食事によって吸収量が変わる薬や  
胃に負担をかける薬もありますが  
特に問題のないものもあります。

医師や薬剤師に相談して下さい。

# グレープフルーツジュースと お薬の飲み合わせ

グレープフルーツジュースと一緒に服用するとお薬の作用が強くてたり、副作用がおこることがあります。

これはグレープフルーツジュースの成分が薬の代謝分解を邪魔するためと考えられています。



# グレープフルーツジュースと 飲み合わせの悪いおくすり

当院のおくすりでは…

## 血圧 狭心症のおくすり

アダラートCR	アテレック	カルスロット
カルブロック	コニール	スプレンジール
セパミットR	ニバジール	ニフェジピン
ヒポカ	ヘルラートミニ	ペルジピンLA
ランデル	ワソラン	

**免疫抑制剤**      ネオーラル

**抗血小板薬**      プレタール

# 納豆 クロレラとワルファリンカリウム

ワルファリンカリウム …血液を固まりにくくし、  
血栓を予防するお薬です。

納豆とクロレラにはビタミンKが多量に含まれており、このビタミンKがワルファリンカリウムの効果を弱めてしまいます。

このお薬を服用中は納豆とクロレラは摂取しないで下さい。

緑黄色野菜や海藻類にはビタミンKが含まれていますが極端に多量に食べなければ問題ありません。

# お茶とお薬の飲み合わせ

以前は鉄剤と同時に飲むと吸収が悪くなると言われていましたが、  
現在ではそれほど問題にはならない事が分かっています。

お茶

牛乳

ミネラルウォーター (国内製)

ミネラルウォーター (外国製)



# 栄養補助食品とお薬の飲み合わせ

栄養補助食品とは？

医薬品ではないが、健康によいとされている食品。

サプリメントとも言われています。

お薬との飲み合わせが悪い場合があるので、服用の際には相談を！

# 睡眠薬等を飲まれている方

睡眠薬や抗不安剤には一般的に  
眠気・ふらつき・注意力低下などの  
副作用があります。



夜間トイレ時の転倒や骨折には注意しましょう。

# おくすりの重複に気をつけて！

高齢になると複数の疾患を持っていることも多く、何種類ものお薬を服用する機会も増えてきます。

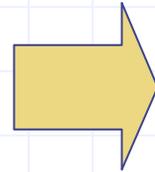


他の診療科

他の病院

一般医薬品

健康食品



気付かないうちに薬の作用が重複することがあります。

# おくすりの説明書の活用

お薬の説明書を保存していきましょう。

一般医薬品 健康食品なども記録しておく  
と役立ちます。

体に合わない薬やアレルギーの  
お薬の名前を  
しっかり覚えておきましょう。

# 今日のまとめ

## 加齢による身体機能の低下

お薬の副作用 飲み間違いに注意

## お薬を正しく上手に飲むための工夫

補助具などの活用

## 経管栄養でのおくすりの投与方法

チューブにつまりやすいお薬には注意

## おくすりの正しい飲み方

服用時間 飲み合わせ

睡眠薬によるふらつき 転倒に注意

お薬の説明書の活用

# 次回のお知らせ！！

次回 8月18日(木)

14:00~15:00

『寝たきりにさせないための  
移動技術』

理学療法士 岡本純弘

“起き上がり・車椅子への移動・車椅子での  
移動の方法”

“床上から始まる寝たきり予防”