



## 当センターの理念

リハビリテーション医療の技術を通じ、身体障害者（主に肢体障害者）のQOL（生活の質の向上）に奉仕する。

吉備高原医療  
リハビリテーションセンター広報誌

2016年（第109号）

## くすりをのむ時間について

薬剤部長 富岡謙二



くすりをのむ時間について考えたことがありますか？「くすりは食事の後」と考えている方が多いように思いますが、実はくすりによっていろいろなのみ方があるのです。今回は「くすりをのむ時間」について、代表的なパターンと、その時間にのむ意味をお伝えします。

### 食後

食事がすんでから30分以内くらいまでを「食後」といいます。食後にのむ理由は・

- ※食事の後はくすりで胃をあらしにくい。
  - ※食事が区切りになるので、のみ忘れしにくい。
- 多くのくすりは食後に飲むようになっています。

### 食前（食事の30分くらい前）

食間（食後2時間程度たってから）

空腹時にのむ必要がある場合は「食前（食事の30分くらい前）」「食間（食後2時間程度たってから）」などと指示があります。空腹時にのむ必要があるくすりは・

- ※食事によって効きが変わってしまうもの。
- このようなくすりは空腹時にのむことによって効果が安定します。

### 食直前

食事のすぐ前にのみます。このタイミングでのむ理由は・

- ※食事と混ざることによって効果を発揮する。
- ※食事の後のインスリンを効率よく出す。

食後の血糖をおさえるくすりの一部がこののみ方になります。

### 起床時

朝起きてすぐのみます。ちょっとめずらしい時間ですが、あてはまるものは・

- ※1日1回のむくすりの中で、食事によってくすりの効きが変わるもの。

ある系統の骨粗鬆症のくすりは起床時にのみます。

1週間、1ヶ月に1回のむだけでよいくすりもあります。



このほかにも特別なくすりののみ方はありますが、代表的なものをあげてみました。くすりをのむ時間は、くすりが効果的にはたらくように考えられています。くすりをのむ時間を勝手に変えると、くすりが効きにくくなったり、場合によっては副作用が出やすくなったりします。くすりをのむ時間の意味を理解して、指示どおりにのむようにしましょう。

# 外来担当表 (平成28年1月1日現在)

受付時間 午前8時15分～午前11時30分まで

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	内科1診		大森	谷本 第2水曜日	宮地 (循環器)	山中
	内科2診			岡田		大高
	内科3診			小池		
	神経内科	柚木				
	整形外科1診	茂山	徳弘	池田(吉)	茂山	濱田
	整形外科2診	池田(吉)	濱田 (10:30~12:00)	茂山	濱田	池田(吉)
	リハ科	岩井	池田(篤)	古澤	池田(篤)	池田(篤)
	泌尿器科	岡大医師 (休診)				岡大医師
	皮膚科 (完全予約制) 受付時間8:15~11:00		医療センター 医師			
	歯科	合田	合田	合田	合田	合田
	書類外来		武智			
午後	内科					
	神経内科	柚木				
	泌尿器科	岡大医師 (休診)				岡大医師
	歯科	合田	合田	合田	合田	合田

**全科予約制(初診以外)となっております。初診は予約できません。**

都合により診療日が変更となる場合があります。

外来診療に関するお問い合わせは、電話 **0866-56-7141** をお願いします。

CT検査、超音波検査、骨粗しょう症の検査、睡眠時無呼吸検査などをご希望の方は電話 **0866-56-7141**(内線:129)もしくは、外来診察時にご相談ください。

★ **内科外来診察曜日の変更について**

月曜日の内科外来の診察がありません。火曜日・木曜日の内科の診察は、診察できる患者さんの数が限られていますので、事前に電話でお尋ねください。また、現在常勤医不在のため内科の入院を中止しております。ご不明の点は、電話にてお尋ねください。

★ **内科(循環器科)及び神経内科外来診察についてのお願い**

◎月曜日の神経内科の診療につきましては、出来る限り診察予約をお願いします。

◎木曜日の内科(循環器科)の診療につきましては、診療枠の制限がございますので、出来る限り診察予約をお願いします。

★ **MRI検査について**

◎MRIの更新が終了し、1月7日よりMRI検査を再開いたしました。

吉備高原医療リハビリテーションセンター 広報委員会発行

〒716-1241 岡山県加賀郡吉備中央町吉川 7511

TEL: 0866-56-7141 FAX: 0866-56-7772 発行担当者 片山 (内線 126)

ホームページアドレス: <http://www.kibirihah.rofuku.go.jp/> E-mail: [syomu@kibirihah.rofuku.go.jp](mailto:syomu@kibirihah.rofuku.go.jp)

「高原の虹」のバックナンバーやその他お知らせについては、ホームページをご覧ください。

トップ→地域医療連携室→広報誌「高原の虹」