

すこやかだより

白鳥病院訪問看護担当

朝・夕と涼しくなり、外から聞こえる虫の声も秋に変わってきているなあと感じられます。1日の温度差に注意をして体調を崩さないようにしましょう。

今回のすこやかだよりでは、薬の飲み方についてお話をしたいと思います。

多めの水で薬を飲む

高齢者は、唾液の量が減るため、口の中が乾燥して薬が飲み込みにくくなる場合があります。多めの水と薬を一緒に飲むように心がけましょう。



飲みやすい薬を選んでもらう

薬の大きさが大きくて飲みにくい。粉薬が多くて飲み込めない。等、飲みにくい薬があれば、主治医もしくは薬剤師に相談しましょう。



体を起して薬を飲む

寝たまま薬を飲むと、薬が気管に入ったり、喉や食道に詰まらせたりすることがあります。起き上がれない時は、後頭部を支えて少し起してもらって飲みましょう。



指示された飲み方をまもる

薬の入っている袋には、いつ、どれだけの量を飲むかということが書かれています。その内容を必ず守りましょう。薬を飲み忘れたからといって、一度に2回分を飲まないでください。飲み忘れた時の対応は、薬により異なるので医師もしくは薬剤師に尋ねましょう。



飲んだかどうか忘れないために、カレンダーなどに、飲めばしるしを入れると忘れにくくなります。

体の変化に注意する

体に異常を感じたら、医師もしくは薬剤師に相談してください。特に、新しい薬を飲み始めた時は注意しましょう。

