

# 町立三春病院 News

## お薬の正しい飲み方について

お薬を効果的に飲むためには以下の点に注意しましょう。

### ①正しいタイミング

- ・決まった時間に飲みましょう。
- 食前：食事の1時間～30分前（胃の中に食べ物が入っていないとき）
- 食後：食後30分以内（胃の中に食べ物が入っているとき）
- 食間：食事の2時間後が目安（食事と食事の間）※食事時の服用ではない

### ②正しい量

- ・自己判断で増やしたり、減らしたりしないようにしましょう。

### ③正しい方法

- ・コップ1杯の水（白湯）で飲むのが原則です。
- 薬を胃まで到達させるために、錠剤やカプセルを完全に溶かすために、必要な量です。
- ・錠剤を噛んだり、カプセルを外したりしないようにしましょう。
- 噛んだり、外したり形を変えたりすると薬が一度に効きすぎたり、逆に効かなくなったりします。飲みにくい場合は、医師、薬剤師に相談しましょう。

### ④正しい期間

- ・自己判断で服用を中止せず継続しましょう。

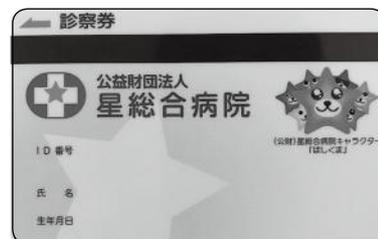
### ⑤正しい飲み合わせ

- ・複数の薬を使用している場合、飲み合わせが悪いと十分な効果が得られなかったり、逆に効きすぎて体に悪影響を及ぼすことがあります。
- ・食品やサプリメントの中にも、薬との飲み合わせが悪いものもありますので薬剤師にご相談ください。



## 診察券が新しくなりました

10月12日より星総合病院・星ヶ丘病院・三春病院の診察券番号（ID番号）を統合し、3施設で共通の番号でご利用いただけます。診察券も3施設共通になりますので、受診時に変更いたします。



## オレンジカフェ☆さくら

認知症の方やそのご家族の交流の場です。お茶を飲みながら楽しくお話ししましょう。

- ▶ 開催日時 ◆12月3日(木) 午前10時～11時30分 ◆1月7日(木) 午前10時～11時30分
- ▶ 場 所 三春町保健センター 1階機能訓練室
- ▶ 内 容 身体を動かしながら脳を鍛える簡単なストレッチ・健康に関する20分程度のミニ講座  
12月「溶連菌感染症について」 1月「認知症の人との接し方！！」
- ▶ 参加申し込み ☎73-8180（総合相談課）
- ▶ 参加費 200円（お茶・お菓子代）

※ 当日参加も受付けております。

※ 医療・介護・福祉に関するご相談には専門のスタッフが対応します。

※ 新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、開催の中止または変更となる場合がありますのでホームページをご覧ください。



三春町立三春病院 外来診療のご予約 ☎73-8155

▼問 ☎62-3131