

目 次

1. 薬が効くということ …………… 8	1. タイプを間違えると逆効果…………… 16
(1)体が持つ自然治癒力の手助け…………… 8	2. 消化を助ける薬…………… 16
1. 異常な症状は体の防御反応…………… 8	3. 胃酸過多を抑える薬…………… 16
2. 対症療法にも効果がある…………… 8	4. 胃の痛みを止める薬…………… 16
(2)薬はどのように効くのか…………… 8	5. 二日酔いに効く薬…………… 16
1. 体内の薬のながれ…………… 8	(2)かぜ薬…………… 16
2. 体の細胞に作用する薬…………… 8	1. あくまでも症状を抑えるもの…………… 16
(3)薬による治療のあれこれ…………… 8	2. 複数の症状なら総合感冒薬…………… 16
1. 病原菌を殺す抗菌剤（原因療法）…………… 8	3. 単独の症状を抑える薬…………… 16
2. 発熱、咳、痛みなど症状を抑えたり、ゆるめたりする薬（対症療法）…………… 8	4. 用法・用量を厳守する…………… 16
3. 不足を補うビタミン剤やホルモン剤（補充療法）…………… 8	(3)解熱鎮痛消炎剤…………… 16
4. 病気の発症を予防するワクチン（予防療法）…………… 8	1. 痛みの神経を遮断する…………… 16
	2. 痛みや発熱は体の危険信号…………… 16
	(4)アレルギー薬…………… 18
	1. アレルギーが起こるわけ…………… 18
	2. 抗ヒスタミン剤が中心…………… 18
	3. 抗ヒスタミン剤の副作用…………… 18
	4. 使い過ぎると症状を悪化させる…………… 18
	5. 自己診断に頼らない…………… 18
	(5)高血圧の薬…………… 18
	1. 平均寿命の延長に多大の貢献…………… 18
	2. 薬の前に生活・食事等の改善…………… 18
2. 薬は両刃の剣 …………… 10	5. 医師からもらう薬と市販薬はどう違うか …………… 20
(1)全ての薬には副作用がある…………… 10	(1)医療用医薬品と一般用医薬品はどう違うか…………… 20
1. 副作用の3つのポイント…………… 10	1. 医療用医薬品…………… 20
2. 副作用を防止する心得…………… 10	2. 一般用医薬品…………… 20
3. 副作用には個人差がある…………… 10	3. スイッチOTC医薬品…………… 20
4. 薬の飲み合わせにも注意…………… 10	(2)指示をきちんと守ること…………… 20
(2)気にしなくてもよい副作用…………… 10	1. 勝手な薬の服用は危険…………… 20
1. 副作用と呼べない副作用…………… 10	2. 薬の剤形を変えてはいけない…………… 20
(3)大衆薬・漢方薬には副作用はないか…………… 10	(3)薬を買うときに心がけたいこと…………… 22
1. アレルギー体質の人は要注意…………… 10	1. 市販薬は自己判断で選ぶもの…………… 22
2. 漢方薬にも副作用がある…………… 10	2. 適切な薬選びのヒント…………… 22
3. 必要な長期服用…………… 10	
3. 薬の正しい飲み方 …………… 12	6. 医薬品添付文書の読み方 …………… 22
(1)指示書にしたがって服用する…………… 12	(1)医薬品添付文書とは…………… 22
1. 食前・食間・食後の意味…………… 12	(2)医薬品添付文書のどこに注目するか…………… 22
2. 薬のはたらきによる服用時間…………… 12	1. 警告と禁忌…………… 22
3. 用法・用量…………… 12	2. 副作用（好ましくない副作用、薬物有害反応）…………… 22
4. 使用期限…………… 12	3. 適用上の注意…………… 22
(2)知っておきたい薬の正しい飲み方…………… 12	
1. なぜ水と一緒に飲むのか…………… 12	医薬品使用の実際 …………… 24
2. 清涼飲料水や牛乳の場合…………… 12	表1 乙種衛生用品表と商品名（索引兼用）…………… 26
3. グレープフルーツジュースの場合…………… 14	（注）医薬品の搭載について外国官憲との対応
4. アルコールの場合…………… 14	表2 抗菌薬（経口）とその適応疾患…………… 36
5. 噛み砕いて飲んでも良いの？…………… 14	乙種衛生用品表の解説…………… 38
6. こんな種類の錠剤もあります…………… 14	
(3)薬の正しい保管の仕方……………	
1. 湿気・日光・高温な場所は避けましょう…………… 14	
2. 区別して保管し、他の容器に入れかえない…………… 14	
4. 薬のいろいろ …………… 16	
(1)胃腸薬…………… 16	

Contents

1. What is a medical effect?	9	2. Digestion-prompting medicines	17
(1) Medicine as a support to your natural healing power	9	3. Medicines against gastric hyperacidity	17
1. Abnormal symptoms as the defense mechanisms of your body	9	4. Gastric pain-relieving medicines	17
2. Effective symptomatic therapy	9	5. Hangover medicines	17
(2) How does a medicine take effect?	9	(2) Cold medicines	17
1. Drug flow in the body	9	1. Cold medicines as symptomatic treatment	17
2. Drugs which act on somatic cells	9	2. Integrated cold medicines for multiple symptoms	17
(3) About drug therapy	9	3. Medicines for individual symptoms	17
1. Antibiotic agents which kill pathogens (causal therapy)	9	4. Strictly follow the prescribed usage and dose	17
2. Drugs which suppress or ameliorate symptoms including fever, cough, and pains (symptomatic therapy)	9	(3) Antipyretics, analgesics, and anti-inflammatory agents	19
3. Vitamin and hormone preparations which make up deficiency	9	1. Blocking pain-related nerves	19
4. Vaccines which prevent disease development (prophylactic treatment)	9	2. Pain and fever as the danger signals of the body	19
2. Medicines as double-edged swords	11	(4) Allergy medicines	19
(1) All drugs have side effects	11	1. Causes of allergies	19
1. Three key points regarding side effects	11	2. Antihistamines that play a primary role	19
2. How to prevent side effects	11	3. Side effects of antihistamines	19
3. Side effects vary from person to person	11	4. Symptoms worsened by excessive doses	19
4. Medicinal interaction	11	5. Dangerous self-diagnosis	19
(2) Mild side effects	11	(5) Hypertension medicines	19
1. Side effects not requiring attention	11	1. Extended average lifespan through the use of hypertension medicines	19
(3) Side effects of over-the-counter and Chinese medicines	11	2. Lifestyle and diet improvement before taking a medicine	19
1. Special attention required for those with allergic predisposition	11	5. Differences between medicines prescribed by doctors and over-the-counter drugs	21
2. Side effects of Chinese medicines	11	(1) Difference between medical drugs and over-the-counter medicines	21
3. Risky long-term administration	11	1. Medical drugs	21
3. How to take a medicine	13	2. Over-the-counter medicines (OTCs)	21
(1) Take a medicine according to its instructions	13	3. Switch OTC medicines	21
1. Definition of the time for taking a medicine	13	(2) Strictly follow instructions	21
2. Time to take a medicine determined by its effect	13	1. Dangerous incorrect medicinal usage	21
3. Dosage	13	2. Do not change medicinal dosage forms	21
4. Expiration date	13	(3) Notes on purchasing a medicine	23
(2) Useful information on how to take a drug	13	1. Choose an over-the-counter medicine carefully	23
1. Why medicines are taken with water	13	2. Tips for choosing an appropriate medicine	23
2. Soft drinks and milk	13	6. How to read a package insert	23
3. Grapefruit juice	15	(1) What is a package insert?	23
4. Alcohol	15	(2) On what point should you focus in a package insert?	23
5. Can I crunch a tablet?	15	1. Warnings and contraindications	23
6. Other types of medicines	15	2. Adverse effects (unfavorable side effects and adverse drug reactions)	23
(3) How to store medicines properly	15	3. Precautions concerning use	23
1. Avoid humidity, sunlight, and high temperatures.	15	Practical use of drugs	25
2. Store each medicine separately and avoid changing drug containers	15	Table1	27
4. Various medicines	17	List of Medical Supplies, Class B, and representative drug products	
(1) Gastrointestinal medicines	17	Table2	36
1. Choose correctly to avoid adverse effects.	17	Oral antibacterials and their indications	
		List of Medical Supplies, Class B in Details	39