

目のトラブルこんな時どうする？

🕒🕒 目や目の周りを打ったとき

●安静にして冷やします。
目を圧迫しないようにやさしく。

病院へは

🕒🕒 ゴミや砂が入ったとき

●きれいな水で洗い流します。
眼球に傷がつくので絶対にこすらない

🕒🕒 洗剤や薬品が目に入ったとき

●十分に水で洗い流します。
痛くてもがまんして洗います。

病院へは

🕒🕒 目や目の周りを切ったり、刺したりしたとき

●汚れがついていたら、軽く洗います。
出血していたら、きれいなタオルでまぶたの上から押さえます。

■視力低下、視野が欠けている、目が痛い・・・ →  **すぐに眼科へ**

■特に異常を感じない・・・ →  念のためその日のうちに眼科へ

■・・・ →  **すぐに眼科へ**

(薬品が入ったときは、容器ごと持参する)

10月17日から10月23日は薬と健康の週間

水、ぬるま湯 以外のもので飲む

お茶、牛乳、ジュース、コー
ヒー、紅茶などを薬と一緒に飲
むと、効果が弱まったり、強
くなったり、副作用が出たりする
ことがあります。

副作用は 気にせず飲む

いつもと違う症状に気づいた
ら、すぐに飲むのをやめて、病
院で相談しましょう。

飲み忘れたら いききに2回分飲む

血液の中の薬の濃度がたか
なりすぎます。中毒症状や副作
用がでることも。

水なしで飲む

食道や胃、腸の粘膜にくっ
ついて溶け、炎症をおこすこと
も。コップ1杯の水で飲む。

食事ができないときは 食前や食後の薬を飲まない

決められた回数は必ず守るこ
と。クッキーなどを少しでも食
べるか、多めの水やぬるま湯で
飲む。

食前とか食後は あまり気にしない

量、回数、期間は、血液中の
薬の濃度をコントロールするた
めに決められたもの。
きちんと守ること！

サプリメントと 一緒に飲む

サプリメントは薬ではないけ
れど、効果に影響すること
もあります。

薬をリスクに
しないために
してはいけない

9つのこと

病院でもらった薬を 人にあげる

症状が似ていても原因が同じ
とは限りません。また体質や年
齢なども考慮して処方されてい
る薬です。他の人が飲むとショ
ック症状がおこることも。

飲みにくいから カプセルから出して飲む 錠剤は砕いて飲む

薬の形は効果を考慮して決め
られたもの。かんだり、砕いた
り、中身を出したりすると、効
果に影響することがあります。