

「地域のかかりつけ医 まるき内科クリニック」

“薬師かわら版”



〒989-5625 栗原市志波姫堀口十文字1-1 Tel.0228-24-8073 発行者 院長 鈴木 慎二

待合室



待合室コーナーは、糖尿病の予防や改善に向けた情報をお伝えします。

【錠剤が大きくて飲めない！】・・薬の飲み方のポイントは？

お薬を飲もうとして、「これ、飲めるかな・・・」と不安になった経験はありませんか？
大きな錠剤や苦い粉薬に、ついため息をついてしまうことはないでしょうか。

《錠剤が大きい場合》

少し顎を引くと、喉から食道がまっすぐになり、飲みやすくなります。上を向いたり、寝ながら飲んだりすると、気道に入る誤嚥の原因になります。

高齢者は特に注意が必要です。

お薬を飲む前に少量の水で口の中を湿らせることも効果的です。



《粉薬が苦い場合》

150cc～200ccの白湯にしっかり混ぜて飲むと苦みを感じにくくなります。温かい白湯に溶かすことで、舌への刺激が軽減され、薄まることで苦みの強さも和らぎます。
粉薬をオブラートで包んだり、服薬補助ゼリーと混ぜたりすると、舌に直接触れるのを防ぐことができます。これにより苦みへの抵抗感が少なくなります。

***薬が飲みにくいと一人で悩まず、ぜひ薬局の薬剤師に相談してみましょう。**

薬剤師はお薬の専門家として、あなたの状況に合わせた具体的なアドバイスや解決策を提案してくれます。

白衣の天使



夏場、クーラーが効きすぎた部屋にいと、体温の調節がうまくいかなくなって、体にさまざまな不調が現れます。

室内と外の**気温差は±5℃以内**、または**室温28℃**を目安にしましょう。

熱中症だけではなくクーラー病にもご注意ください！

掲 示 板



診療・休診のお知らせ

R8/7/21（火） 休診日

R8/8/12（水）、13（木）、14（金） 夏季休暇