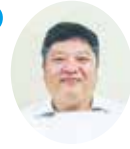


薬剤師・直籠晋一さん



## あおぞら薬局の おくすりの はなし

### Vol.7 薬の上手な飲み方とは？ ①



2次元コード。ネットでも「おくすりのはなし」が読めるようになりました

ブ1杯(200cc)の水かぬるま湯で飲むようにしましょう。特に解熱鎮痛剤などは、多めの水で飲むことで胃の保護にもなります。

カプセルは水に浮きやすいため、上を向いたまま飲むとうすとすると、水だけ最初に飲み込み、カプセルが最後になります。カプセルを口に含んだら正面を向くか、やや下を向いた状態になるとカプセルが喉の近くになりますので、そこで一気に飲み込むのが上手な飲み方です。飲む前に舌先でカプセルをなめたり、口に入れる前に軽く水に漬けて表面の気泡をなくすのも一つの方法です。

024(533)1626