

## 薬をのむときに、 水をのむのはなぜでしょう？

薬は水に溶け、吸収され易い形になります。  
薬はコップ1杯の水(またはぬるま湯)とともに飲むのが原則です。

### ●水なしで薬をのむと…

薬が胃の中で十分に溶けず、効きめも弱くなります。  
食道にひっかかったりして、粘膜が刺激されてしまう  
こともあります。



## 薬をコーヒーやお茶と一緒に のんでもよいですか？

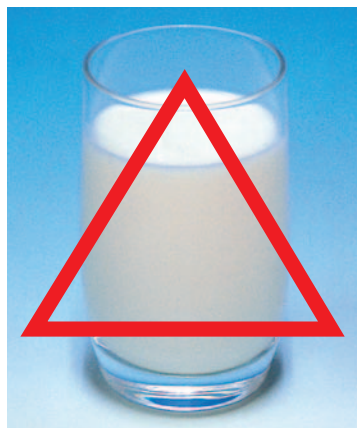
気管支ぜん息の薬の中には、お茶やコーヒーの成分と作用して頭痛やめまい等の副作用を起こすものがあります。

以前は、貧血用の鉄剤はお茶の中のタンニンが鉄の吸収を阻害すると言われていましたが、最近の研究で問題がないことが解りました。

## 薬を牛乳と一緒にのんでも よいですか？

鎮痛剤など胃を荒らす薬はOK

牛乳は薬の吸収を遅くしますし、抗生物質の中には牛乳によって吸収が低下するものもあります。



## 薬をビール等アルコール類と 一緒にのんでもよいですか？

作用が強くなりすぎ、副作用を起こすことがあるので、アルコール類で薬を飲むのはいけません。