

## 薬を飲み忘れた時の対処法

服用しようと思っただけでもついつい飲み忘れていたりすることってありませんか？  
飲み忘れたら次回に繰り越したりして服用せずに終わることがあると思いますが、  
1回飲み忘れて何もないと大丈夫だと思ひ込み、飲み忘れが習慣になってしまうこと  
もあります。そこで、飲み忘れをなくすための対処法をご紹介します。



### ① 飲み忘れた時はどうすればいい？

原則として気がついた時に服用する。そして、服用した時間を覚えておき、次回の服用時間を、ある程度ずらしします。

- 1日3回の薬の場合：4時間以上の間隔をあける
- 1日2回の薬の場合：6時間以上の間隔をあける
- 1日1回の薬の場合：8時間以上の間隔をあける

(間隔は薬剤師会のQ&Aから抜粋)

### ② 次回の服用時間が迫っている場合はどうすればいい？

目安として、1日3回の薬で2時間以内

1日2回の薬で3時間以内

1日1回の薬で8時間以内 に、次の分から服用を再開します。

間隔をあけないまま服用することや、2回分を一度に服用することは絶対に  
しないでください！



### ③ 食後の薬を飲み忘れ、空腹時に気付いたらどうすればいい？

食後の薬は、空腹時に服用すると刺激により胃を痛めてしまうため、食後に飲む薬です。  
どの薬でもビスケットや菓子パンなど軽いものを食べてから服用するか、コップ一杯の多  
めの水で飲むようにすれば食後の薬も服用できます。

### ④ 食前に飲む薬を忘れて、ご飯を食べてしまった場合は？

食前に服用してほしい薬の多くは、食後に飲んでもあまり効果が変わらないことがほとん  
どです。

例えば、漢方薬は食前・食間のものが多くあります。これは、食後では稀  
に副作用が出てしまうことがあるからです。しかし、1、2回食後で服用  
したからといって発現することはほとんどありませんので、飲み忘れた時  
は食後に服用しても大丈夫です。

食前の薬で食後に服用できない例外的な薬としては、糖尿病の薬があります。  
食後の急激な血糖値を抑えるための薬を、食直前に飲み忘れた時は、食事開  
始15分後くらいまでに服用してください。



お困りのことや不安なことなど何でも当薬局にご相談ください