

Taking Medicines Safely

Medicines are often part of treatment for illness or injury. Taking medicine is not without some risk for side effects. Follow these tips for taking medicines safely:

- Keep a list of your medicines with you. Include prescription and over the counter medicines, herbs, vitamins and any home remedies you use.
- Show this list to all doctors, pharmacists and dentists who are treating you.
- Take your medicine as ordered by your doctor. Do not change or stop taking any medicine until you talk to your doctor.
- Take your medicines at the same time each day.
- Tell your doctor if you are pregnant, breastfeeding or on a special diet.
- Get a refill at least one week before your medicine is gone.
- Throw away unused or expired medicines.
- Do not take any new herbal products or over the counter medicines without first checking with your doctor or pharmacist. These products may change the way your other medicines work.
- Do not give your medicines to anyone else.

薬の安全な服用

薬は病気やケガの治療にたびたび用いられます。しかし、副作用のおそれがない薬はありません。薬を安全に服用するために、以下のアドバイスを参考にしてください。

- 服用している薬の一覧を携帯しておきましょう。これには、処方薬、市販薬、ハーブ、ビタミン剤、家庭薬が対象になります。
- 医師、薬剤師、歯科医など治療に関わる人々には必ずこの一覧を見せましょう。
- 薬は医師の指示に従って服用してください。医師の指示がない限り、薬を変更したり、飲むのを中止しないでください。
- 薬は毎日同じ時間に飲んでください。
- 妊娠中、授乳中、または特別な食事療法をしている場合は、医師に申し出てください。
- 薬がなくなる 1 週間以上前に新しい薬をもらっておきましょう。
- 飲まなかった薬や使用期限が切れた薬は捨ててください。
- 医師または薬剤師による確認を受けずに、ハーブ製品や市販薬を新しく飲み始めることは避けてください。これらの製品は、服用してる他の薬の効果を妨げる恐れがあります。
- 薬を他の人にあげることはやめてください。

New Medicine

- Check if the medicine is covered by your insurance or if a generic medicine can be used.
- Use only one pharmacy so that there is a record of all of your medicines.
- Ask your doctor or pharmacist these questions:
 - ▶ How do I take this medicine?
 - ▶ How long do I take this medicine? Do I take it until I am better? Is this a medicine I need to take always to keep my problem under control?
 - ▶ What are the side effects and what do I do if they occur?
 - ▶ What do I do when I forget to take my medicine?
 - ▶ What do I do if I take too much medicine?
 - ▶ Can I take this medicine with the other medicines I am taking?

Storing Medicine

- Keep all medicines in their containers unless you are using a pillbox.
- Store medicines in a cool, dry place.
- Keep bottles tightly capped and out of the reach of children.

Write down this information:

- What is the name of the medicine?
- Why do I take it?
- How much do I take?
- What times should I take it?

新しい薬

- ジェネリック医薬品を使用できるときは、保険でカバーされるかどうかを確認してください。
- 行き付けの薬局は1店に決め、すべての薬の記録を保管してもらいましょう。
- 以下の内容を主治医または薬剤師にお尋ねください。
 - ▶ この薬はどのように飲めばよいのか？
 - ▶ この薬はどのくらいの期間飲めばよいのか？ 症状が改善されるまでか？ それとも、病気を管理するためにずっと飲み続ける必要がある薬なのか？
 - ▶ どのような副作用があるか、またどう対処すればよいのか？
 - ▶ 薬を飲み忘れたときはどうすればよいのか？
 - ▶ 薬を飲みすぎたときはどうすればよいのか？
 - ▶ 現在服用中の薬と飲み合わせても大丈夫か？

強い薬

- ピルボックスを使用するか、すべての薬を専用の容器で保管します。
- 薬は乾燥した涼しい場所に保管します。
- 瓶のキャップはしっかりと閉めて、お子様の手の届かない場所に保管してください。

以下の情報を記録しておいてください。

- 薬の名称
- 服用の理由
- 服用量
- 服用する時間

Use the form on the next page to write your medicines down and carry it in your wallet so you have it when you need it.

Talk to your doctor, nurse or pharmacist if you have:

- Any questions about your medicines or how to take them
- Any side effects
- Other concerns

次のページにある記入用紙に薬の情報を記入し、必要に応じて取り出せるように財布などに入れて携帯してください。

以下のことについて主治医または看護師にご相談ください。

- 薬について知りたいことや飲み方
- 副作用
- そのほか不安な症状

2005 – 2/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Taking Medicines Safely. Japanese.

Medicine List

Name of Medicine	Reason I take it	How much I take	Times I take it

My allergies: _____

Key phone numbers:

Pharmacy _____

Doctor _____

Poison Control 1-800-222-1222

