



カプセルの中の顆粒に、 このような工夫を加えることができます



例えば・・・

すぐ効く顆粒
ゆっくり効く顆粒
胃で溶ける顆粒
腸で溶ける顆粒
痛みを抑える顆粒
熱を下げる顆粒

くすりの適正使用協議会

TOP1アイテム 大型カプセル模型の活用の実際

活用方法: 飲み薬を錠剤やカプセルにするメリットは何かありますが、実際のカプセルでは小さくて見にくいので大型カプセル模型を使って説明します。

ここでの説明はカプセル剤にすることによって「効き方に工夫ができる」について解説し、あわせて、カプセル剤を飲むときの注意を示します。

★大型模型は小学生にはかなり人気の高いアイテムです。

トナレーション

カプセル剤の仕組みを模型を使って解説します。

これは、カプセル剤を拡大した模型です。中に色々な色の顆粒が入っていますが、色が分かっている理由が判りますか？

綺麗に見えるためでしょうか？それもあるかも知れませんが、他にどんな理由があるか考えて下さい。

例えば、

Q: 赤い顆粒と白い顆粒の違いは何だと思えますか？ それはスライドに書いてありますように、

A: カプセルの中の顆粒は、色によって働きが違うのです。

このように(模型を開けて顆粒を取り出して参加者に見せる)、働きが異なる何種類もの成分が顆粒状になって混ぜてあるのです。

そのお蔭で、「効果が早く現れ、そして持続する」「胃溶(酸性)と腸溶(アルカリ性)」「鎮痛作用と解熱作用」等の色々な組み合わせをしてそのくすり安全で最大の効果を発揮出来るように組み立ててあります。

ですから、

「カプセル剤は決して中身を出して飲んではいけません」折角の工夫が活かされなくなってしまいます。

★解説

【指導ポイント】

薬の工夫についてその理由を模型を使って確かめます。参加者が理解をしたら、最後に必ず次のことを指導して下さい。

カプセルに施された工夫が活かされませんので「カプセルを飲む時は中身を取り出して飲んではいけません」を守るように指導して下さい

<用意するもの>

大型カプセル模型

<手順>

- ①模型の中身に色々な色の顆粒が入っていることを確認してもらいます。
- ②生徒の前でカプセルをあげ、中の顆粒を取り出します。色で分けます。
- ③何種類もの顆粒入っている事がわかります。スライドに書いてある顆粒のように分けて見ましょう。

(参考動画が協議会HPにあります。 http://www.rad-are.com/jyugyo/list_jikken.html)

大型カプセル模型があればそれを見せながら説明します。)

【強調ポイント】

模型の説明で確かめられたこと⇒カプセルの中には色々な種類の顆粒が入っていること。つまり、1つのカプセルで色々な効果が得られることが判ります。

カプセルの中身を取り出して飲むと、カプセルが溶解してから薬の成分が吸収される時間が変わってしまいます。

ですから、カプセルを開けて中の顆粒を分けたり、取り出して別々に飲んだりすると違う働きの顆粒との配合割合が変わってしまいます。これでは目的とする効果が得られなくなります。

従って、カプセル剤は必ずそのまま飲むのが基本であり、中身を出して飲んだのでは折角の工夫が活かされないことを指導します。

【辞書】

【豆知識】

実際のカプセルの大きさはご存知ですか？ 現在国内で販売されているカプセル剤は小は5mmから大は2cmまであるそうです。

【参考資料(書籍、URLなど)】

http://www.rad-are.com/jyugyo/list_jikken.html (リニューアルに伴いリンクURL変更? 要は実験ページへ)

テーマC(くすりの種類と形)参照



TOP1アイテム 大型錠剤断面模型の活用

活用方法: 飲み薬を錠剤やカプセルにするメリットは何点ありますが、実際の錠剤では小さくて中を見る事が出来ませんので大型錠剤断面模型を使って中の状態を説明します。

ここでの説明は錠剤にすることによって錠剤にする事のメリットの「効き方に工夫ができる」について解説し、あわせて、錠剤を飲むときの注意を示します。

☆大型模型は小学生にはかなり人気の高いアイテムです。

トナレーション

これは錠剤の模型です。錠剤の中の仕組みを見てみます。内部は何層にもなっていることに気がつきませんか？

一番外側は砂糖の層や喉を通り易いフィルムで、くすりの味を包み込んで飲みやすくしています。

また、錠剤の中も何層にも分かれています。

例えば、内側には腸で溶ける“腸溶”の部分や、胃で溶ける“胃溶”の部分があります。このように、色々な役割を持った層があることが判ります。

このほかにも、徐々に溶けて効き目を長くする仕掛けを持ったくすり(除崩錠)もあります。

(参考動画が協議会HPにあります。 http://www.rad-are.com/jyugyo/list_jikken.html)

大型錠剤模型があればそれを見せながら説明します。)

工夫のお蔭で、「効果が早く現れ、そして持続する」「胃溶(酸性)と腸溶(アルカリ性)」「鎮痛作用と解熱作用」等の色々な組み合わせをしてそのくすりが安全で最大の効果を発揮出来るように組み立ててあります。

ですから、

「錠剤は決して噛み砕いて飲んではいけません」折角の工夫が活かされなくなってしまいます。

★解説

【指導ポイント】

錠剤にはどのような工夫が施されているかを模型を使って確かめることにより、なぜ錠剤を飲む時は噛み砕いて飲んではいけないかを学習します。

<用意するもの>

大型錠剤模型

<手順>

錠剤模型を開き、錠剤の中が何層にも分かれています。それぞれ効果が異なることを、理解してもらいます。

(実際にはスライドに書いてあるより複雑なものが有ります)

(参考動画が協議会HPにあります。 http://www.rad-are.com/jyugyo/list_jikken.html)

【強調ポイント】

確かめられたこと⇒錠剤の中は何層にも分かれています。1つの錠剤で色々な工夫がされていて、多くの効果があることを理解してもらいます。

ですから、錠剤を噛み砕いて飲むと折角の工夫が活かせません。

錠剤を飲む時の基本は「**そのまま飲む**」を指導します。

【辞書】

【豆知識】

【参考資料(書籍、URLなど)】

参考動画が協議会HPにあります。 http://www.rad-are.com/jyugyo/list_jikken.html

テーマC(くすりの種類と形)参照



TOP2アイテム くすりの絵文字「ピクトグラム下敷き」の活用方法

活用方法:薬を用いる時には注意しなければならないことが幾つかあります。これらはくすりの説明書や調剤薬局で薬の説明を受ける時にもらう「医薬品情報書」に記載されています。薬を用いるときは説明書や医薬品情報書の記載どおりに用いましょう。

特に「用法・用量」「注意事項(副作用・相互作用に関する事項)」が大事です。くすりの絵文字ピクトグラムではこれらの注意点を判りやすく絵で表しています。

小さなお子様や、お年寄りの方には文字が読めなくても判る絵文字が便利です。また、介護をする方や物忘れの激しい方へのケアマークとして御使用下さい。現在ピクトグラムシールは51種類を作成して協働会のHPに掲載しております。希望者はHPよりDLLしてシール用印刷紙に印刷し、自由に使用できます。

トナレーション

くすりを間違っ飲んでしまったり、飲み忘れを防ぐために、「くすりの用法・用量」や「注意事項」等について、子供からお年寄りまで、誰もが一目で理解できるように開発されたくすりの絵文字がピクトグラムです。

★解説

【指導ポイント】

この下敷きは「くすりの使い方」「使う時間の目安」「注意すること」「してはいけないこと」など51種類のシールをA4版にまとめ、下敷きにしたものです。分類等の解説は(テーマM:ピクトグラムについて)を参照して下さい。

くすり教育時の説明用に、ご利用下さい。また、説明後は参加者へのプレゼントとしてご活用下さい。

【強調ポイント】

くすりは用法・用量・注意事項を守ってこそ、「安全に目的とする効果を最大限に発揮」されます。この点をピクトグラムを見せながら解説してください。特に相互作用についてはピクトグラム 相互作用HP: <https://www.rad-ar.or.jp/02/08/pict-grapefruit.html>に詳細が記載されています。参考にして下さい。

【辞書】

【豆知識】

【参考資料(書籍、URLなど)】

ピクトグラムHP: https://www.rad-ar.or.jp/02/08_pict/08_pict_index.html

ピクトグラム 相互作用HP: <https://www.rad-ar.or.jp/02/08/pict-grapefruit.html>

ピクトグラム活用マニュアル冊子

テーマM(ピクトグラムについて)参照

「くすり」をきちんと使っていますか？

清潔になったら「くすり」を正しく使って早く元気になるように。

くすりの適正使用協議会
 処方箋は、「くすり」の正しい使い方や副作用などを説明する大切な資料です。必ず読んでおきましょう。処方箋の正しい書き方を確認してください。

くすりの適正使用協議会
 処方箋は、「くすり」の正しい使い方や副作用などを説明する大切な資料です。必ず読んでおきましょう。処方箋の正しい書き方を確認してください。

レーダーカード No.10(保護者向け) No.11(子供向け)

「くすり」の飲ませ方

シロップ剤

- 1) かるく振って申身多物一にします。
- 2) 階表にしたがってきんと計量カップ等で測ります。
- 3) 飲用にはスプーンやスポイトなどで瓶の内側に沿って少しずつ取ませ、口直しに水やぬるま湯を取ませます。

ドライシロップ剤

- 1) 適量の水に溶かしてシロップにします。
- 2) シロップ剤と同じように取ませます。

錠剤・カプセル剤

- 1) 適量の水またはぬるま湯に溶かして取ませます。
- 2) お手紙を渡された状態で取ませてください。(服かせたがで取らせると薬効が低下する場合があります。)
- 3) 熱いお茶、口の中に入れておくとうかがうことがよくありません。はげにはお茶にそのまま取らせている場合があります。

TOP3アイテム レーダーカードNo10、11の活用方法

RAD-AR(レーダー)カードは、「医療用医薬品の適正使用」に関する情報を患者さん向けに分かり易くまとめてあります。くすり正しく使われて治療の効果が上がることを願って、対象者別にまとめたものです。1991年からシリーズで作成していますが、現在提供できるカードはNo9高齢者向け、No10保護者向け、No11子供向け、No12女性向けの4種類です。これらは原則として有償にて希望者に提供しております。詳細は http://www.rad-ar.or.jp/02/03_card/radarcad_no11.html こちらのHPを御参照下さい。

くすり教育でご利用になる方にはNo10(保護者参加授業の場合)、11は無償提供致します。但し、送料は御負担頂きます。

No10と11の内容は下記のとおりです。

No10「お子さんにくすりを正しく与えよう」(保護者の方へ)

お子さんにくすりを正しく与えるのはなかなか難しく、いろいろな工夫が必要です。この冊子は、その手助けとなる基本的な事をまとめたものです。

No11「くすりをきちんと使っていますか？」(子供向け)

子供の時から「くすり」を使うときのルールをしっかりと身に付けてもらうためにまとめた。

【参考資料(書籍、URLなど)】

レーダーカードページ：http://www.rad-ar.or.jp/02/03_card/03_radar_card.html



TOP4アイテム 「くすりと健康についてくすりになる話」(発売:丸善、@ ¥1000)

このハンドブックは「くすりを正しく使う」ことを目的としていますが、内容は①病気にならないようにしよう、②賢い病院の選び方、③正しいくすりの使い方、④困ったときの連絡先が掲載されています。

皆さん、病気知らずの健康な身体をつくる「コツ」を知っていますか？
 万一病気になる時、すぐ対応できるように情報をもっていますか？
 治療効果を引き出す「正しいくすりの使い方」を知っていますか？

この3点が表紙のタイトルになっています。

解説

くすりを正しく使うことは大事なことです、一番大事なことは病気にならないことです。

この本では、第1章で「健康」とは？健康の3原則を中心に記載されています。第2章では病気になった時の医療機関の選び方や、緊急時の対処法について、第3章で「くすりの正しい使い方」として、くすりについての基本的な説明と剤形別にくすりの用い方が説明されています。第4章では病気になってしまった時の対応方法や、困った時の情報の入手先が記載されています。

ご家庭は勿論のこと、保健室や職場にも是非1冊本棚に有ると安心できます。

養護教諭の先生！！「保健だよりのネタになりそうな話が満載ですよ！

【参考資料(書籍、URLなど)】

書籍紹介ページ: http://www.rad-ar.or.jp/02/02_handbook/02_handbook.html

詳細情報:

監修:大野 誠(日本体育大学大学院教授 健康科学 スポーツ医学系)

北村 正樹(東京慈恵会医科大学附属病院 薬剤部医薬品情報室長)

編集:くすりの適正使用協議会

発行日:2005年2月 初版、2005年5月第2版発行

発行:(有)レーダー出版センター

発売:丸善株式会社 出版事業部

小型人体模型



TOP5アイテム 小型人体模型の活用方法

活用方法:薬が効果を発揮するには薬の成分が効いて欲しい所(患部)に届く必要があります。

飲み薬を飲んだら「くすり」はどのような経路で効いて欲しい所(患部)へ届くのか?をこの模型を活用しながら説明します。

この模型は次のように分解できます。

①頭部:取り外し可能+2つに分かれます。②肺:左右とも取り外せます。③心臓:外見は分かりにくいですが、肺を取り外すと心臓が目立つ位置に有り、取り外しが可能です。一般的に心臓の大きさは自分の握りこぶしと同じ大きさといわれています。④肝臓:中心の位置に有る茶色の物体ですが、右側のピンクの部品(胃)と一緒に取り外すと簡単に取り外せます。⑤胃:半分肝臓に覆われていますので肝臓を取り外した後に取り外してください。⑥小腸:胃と小腸が繋がっているところは分解することによって確認できます。

上記のように本体を含めて9つに分解されます。(紛失しないようご注意ください)

☆人体模型はリアルで先生方には敬遠され勝ちですが、児童・生徒にはかなり人気の高いアイテムです。休み時間などの比較的時間が有る時に自由に触らせて分解させてみると飽きないようです。(分解した時に部品の紛失の無いように注意して下さい。)

♪ナレーション

口から飲まれたくすりは体内をどのようにして吸収され、効果を発揮して、体外へ排泄されるのかを覚えてください。

その前に、「くすりは血液の中に入ってはじめて効果を発揮する」という事を知っていますか?

飲みくすりは、このように、「口から入って、胃や腸で溶けて小腸で吸収され血液の中に入ります。そしてほとんどの成分は血液と一緒に肝臓で分解(代謝)されますが分解(代謝)されずに残ったくすりの成分が血液と一緒に心臓から全身に送り出され(分布)、患部まで運ばれて効果を発揮するのです。そして、くすりは効果をあらわし始める一方で、体外へ排泄されています(排泄)。」

(分解しながら、臓器を示して説明して下さい。)

★解説

【指導ポイント】

くすりの吸収から排泄までをADME(吸収⇒分布⇒代謝⇒排泄)と言います。くすりの体内動態を表しています。

【強調ポイント】

くすりの成分は患部だけでなく全身へ行き渡ります。従って、患部以外の所に副作用の皮膚疾患が出たり、頭痛薬で胃が荒れることがあるのです。

薬の成分は効いてほしい所だけでなく、体全身にいきわたることによって効果を発揮することを指導して下さい。また、その裏返しとして副作用が発生した時に患部以外の所に副作用が出る事があることも指導して下さい。

【辞書】

【豆知識】

【参考資料(書籍、URLなど)】

テーマB(くすりの効き方)参照