

薬のお話～薬を治したいところに届けるために！

(1) 口から胃へ



水が少ないと食道の壁にくっついてとまるかも！？きちんと胃に届くように

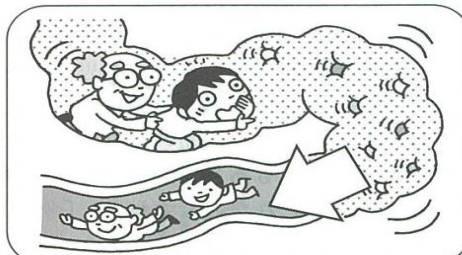
①コップ1杯の水かぬるま湯で飲みましょう。



薬の形は、溶ける場所を考えたり（胃ですぐに溶けるもの・腸でゆっくり溶けるもの）、効果が続く時間を考えたりして作られています。

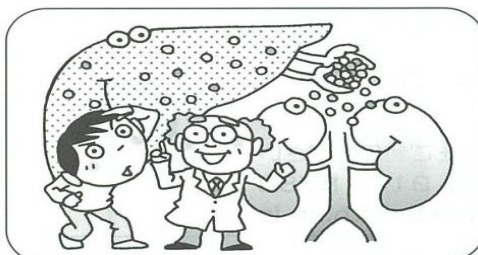
②錠剤を砕いたり、カプセルの中身を出したりせず、そのままの形で飲みましょう。

(2) 胃から腸⇒肝臓へ



薬は、腸の壁に入っていくと、血液にのって肝臓に届きます。

(3) 肝臓から血液へ



薬の一部は、肝臓で別なものに変えられて腎臓に運ばれ、その残りが血液に戻ります。そして、全身をめぐる、めあての場所に届いて役目を果たします。

③薬の量や飲むタイミングは、きちんと考えられて作られています。勝手に飲み方を変えず、正しく飲みましょう。

薬には多かれ少なかれ副作用があります。体質に合わず、アレルギーが出ることもあります。

医師の指示や用法を守って、十分に気をつけて使いましょう。



でした！

豆知識～知って防ごう！オーバードーズ

①オーバードーズ(OD)とは…薬局やドラッグストアで買える薬を決められた量よりも大量・頻回に服用することです。

②どうなる？

- 重篤な意識障害や肝臓・腎臓の障害を起こす危険性あり！
- 呼吸不全を引き起こし、最悪の場合は死の危険性もある！
- 「やめたくてもやめられない」状態になる場合も！



③実態は？

○高校生の約60人に1人が、経験！？（2021年の調査結果）

○薬物乱用の治療を受けている 10代の65%が市販薬の乱用（2022年調査結果）

★背景にあるのは、「生きづらさ」

「つらい気持ちから解放されたい」「不安な気持ちを紛らわせたい」



「自分一人で何とかしなくては！」という気持ちが根底にあります。

*ODは、誰にも頼らずに自分一人で対処できる、「生きるための手段」

*家庭や学校に居場所を見つけられず、ODを介してSNSの世界でつながりを求めることが増え、深刻化しています。



★周りの大人ができること

「オーバードーズをやめなさい！」と言わない

叱ったり、薬を取り上げたりすることでは問題解決にはなりません。

まずは、そうせざるを得なかった本人の話をじっくり聞いて受けとめることが大切です。

日頃から、会話を大切にして、話し合える関係を築いていていきたいものです。

心のSOSに気づいたときの対応

① 気づき・声かけ

大切な人がいつもと様子が違ったら声をかける

② 傾聴

- ・本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける
- ・話してくれたことをねぎらう

孤立を防ぐ

③ つなぎ

早めに専門家へ相談するよう促す

④ 見守り

暖かく寄り添い、じっくりと見守る