

あなたのくすりと健康

- 薬の使用期限と保管方法について 相模台病院 薬剤部 八城 学
- 骨粗しょう症とお薬 ～ 2025 年改訂ガイドラインを踏まえて～
..... 大和市立病院 薬剤科 三田 恭平
- 市販薬 PPI のメリットと注意点 藤沢市民病院 薬局 遠藤 篤

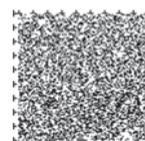


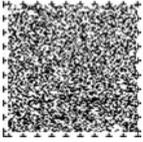
くすり Get the Answers かながわ 推進委員会

厚生労働省が定める「薬と健康の週間」に合わせて、5 団体共催でイベントを開催しました。このイベントは、医薬品を正しく使用することの大切さ、そのために薬剤師が果たす役割の大切さを知って頂く事を目的としています。神奈川県病院薬剤師会は、おくすりの正しい知識が県民の皆様浸透するように、「おくすり相談」を実施しました。

(会場：そごう横浜店入口前「横浜新都心プラザ」 開催日：2025 年 10 月 16 日)

私たちは、市民の方々を対象に医薬品や健康に関する正しい知識の普及と啓発を目的とし、この小冊子を発行しています。小冊子には、音声コードが印刷されています。音声読みあげアプリ「Uni-Voice」と活字文書読みあげ装置の両方で使用できますので、ご活用いただければ幸いです。





薬の使用期限と保管方法について

相模台病院 薬剤部 八城 学

ドラッグストアなどで購入した市販薬や、医療機関から処方された薬が残っているという経験はありますか？

薬には使用期限があり、期限を過ぎた薬を使うと効果が落ちたり、思わぬ副作用が出ることもあります。使用期限や保管のポイントについて説明したいと思います。

～薬の使用期限について～

薬には「使用期限」が定められています。製薬会社は、それぞれの薬に対して、品質や安全性に関わる厳しい試験をおこなって使用期限を定めており、多くの薬の使用期限は未開封の状態では製造から3～5年程度に設定されています。

～市販薬の使用期限～

ドラッグストアなどで購入できる市販薬（一般用医薬品や要指導医薬品）は、外箱や個包装などに使用期限が記載されています。この使用期限はあくまで「開封されていない」状態での使用期限です。一度開封すると、効果が弱くなったり、安全性が保てなくなったりする恐れがあります。商品に同封されている添付文書より開封後の使用期限をご確認ください。

～処方薬の使用期限～

処方薬の場合、医師は診察時の症状に合わせて、必要な量の薬を処方しています。処方薬としては医師が必要と認めた服用期間内に使用することを前提としているため、処方薬の使用期限は「医師が指示した服用期間」と考えましょう。医師の診察を受けずに自己判断で過去に処方された薬を使用すると効果が見られなかったり、症状が悪化したり、思わぬ副作用が出たりする恐れもあります。処方された薬は医師や薬剤師の指示に従って正しく使用しましょう。

～薬の保管方法～

薬は、光や温度、湿度などによって効能が落ちる場合が多くあります。保管方法にとくに指示がない場合は、湿気、直射日光、高温を避けて、室内で保管します。湿気を避けるために冷蔵庫に保管すると取り出した時の結露により、かえって湿気を帯びることがありますので避けましょう。冷蔵庫で保管するように指示があるお薬もあります。主にシロップ剤や点眼薬、坐薬、注射薬などです。このとき凍らせないように注意しましょう。

以下は一般的な開封後の目安です。実際には交付を受けた薬局にご確認ください

薬の種類	使用期限の目安	注意点
点眼薬	開封後 1 か月以内	直接目に触れることがあり汚染しやすい開封後は冷所保管
点鼻薬	開封後 1 か月以内	汚染防止のため早めに使用
軟膏・クリーム	開封後 6 か月～1 年	指を洗ってから薬をとる
自己注射薬	製品ごとに規定あり	薬局の指示に従ってください
インスリン製剤	開封後 28 日以内	未使用のインスリンは冷蔵庫で保管使用開始後は 30℃以下で凍結を避ける



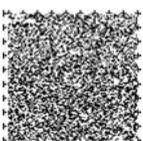
神奈川県赤十字血液センターホームページ

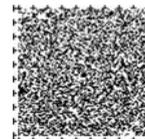
(<https://www.bs.jrc.or.jp/ktk/kanagawa/index.html>)

県内の献血実施情報・キャンペーンなどが掲載されています。これらの情報を参考に、ぜひ献血に協力してみませんか？

ハートラちゃん

「日本赤十字社」のさまざまな活動をたくさんの人に知ってもらい、参加してもらうために登場したキャラクター





骨粗しょう症とお薬 ～2025年改定ガイドラインを踏まえて～

大和市立病院 薬剤科 三田恭平

骨粗しょう症は、骨密度が低下して骨がもろくなり、ちょっとした転倒でも骨折しやすくなる病気です。背骨や太ももの付け根の骨折は寝たきりの原因にもなるため、「骨折予防」は健康寿命を延ばす上で大切です。2025年の治療ガイドライン改定では、お薬の使い分けや治療方針が見直され、年齢や性別、骨折リスクなど一人ひとりに合った治療が重視されるようになっています。

骨粗しょう症の治療薬は、主に「骨を壊す細胞の働きを抑える薬（骨吸収抑制薬）」と、「骨を作る力を高める薬（骨形成促進薬）」に分けられ、これらを組み合わせて骨折を防ぎます。

■骨粗しょう症で用いられる主な治療薬（注射薬）

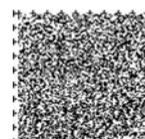
骨粗しょう症の治療薬には内服薬と注射薬があります。ここでは、医療機関で使われる主な注射薬をまとめました。注射薬には、通院で受けるタイプと自分で行う自己注射タイプがあり、お薬によって投与間隔も異なります。

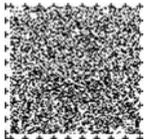
(※バイオ後続品)

作用	分類	商品名（一般名）	投与間隔
骨吸収抑制 (骨量が減るのを防ぐ)	ビスホスホネート製剤	ボナロン点滴静注（アレンドロン酸）	4週に1回
		ボンビバ点滴静注シリンジ（イバンドロン酸）	月に1回
		リクラスト点滴静注（ゾレドロン酸）	年に1回
	抗RANKL抗体	プラリア皮下注シリンジ（デノスマブ）	6ヶ月に1回
骨形成促進 (骨量を増やす)	副甲状腺ホルモン薬	フォルテオ皮下注キット（テリパラチド） テリパラチド BS 皮下注キット（テリパラチド）※	毎日・自己注射
		テリボン皮下注（テリパラチド酢酸塩）	週に1回
		テリボン皮下注オートインジェクター（テリパラチド酢酸塩）	週に2回・自己注射
		オスタパロ皮下注（アパロパラチド）	毎日・自己注射
骨吸収抑制／骨形成促進	抗スクロスチン抗体	イベニティ皮下注（ロモズマブ）	月1回

骨粗しょう症の薬は長期使用が多いため、安全に続けるための注意が必要です。ビスホスホネート製剤やデノスマブでは、抜歯後にごく稀にあごの骨の一部が炎症や壊死を起こして治りにくくなる場合があります。歯科治療の際は必ずお薬の使用を伝えましょう。

骨粗しょう症の治療には、生活習慣の改善も大切です。カルシウムやビタミンDを意識した食事に加え、日光に当たることや軽い運動で骨と筋力を強化し、転倒を防ぎましょう。また、お薬の種類や副作用が心配な方は、ぜひ薬剤師へご相談下さい。





市販薬 PPI のメリットと注意点

藤沢市民病院 薬局 遠藤 篤

プロトンポンプ阻害薬（PPI）は、胃食道逆流症（GERD）や消化性潰瘍の治療をはじめ、医療機関で非常に多く処方されています。2025 年、胃酸関連疾患におけるセルフメディケーション推進の観点から PPI はスイッチ OTC（医療用から市販用へ切り替え）として承認されました。現在、国内で市販されている PPI は、オメプラゾール、ラベプラゾール、ランソプラゾールの 3 種類です。いずれも胃痛、胸やけ、もたれに効果があります。服用は 1 日 1 回で 24 時間効果が持続し、食事の影響を受けにくいので、生活に合わせて内服することができます。但し、1 日 1 回同じ時間帯に服用することが大切です。市販薬 PPI は、薬剤師による説明が必要な「要指導医薬品」として販売されています。使用にあたっては、症状が改善しない場合、医療機関を受診することが推奨されます。

市販薬 PPI 比較表

薬剤名	有効成分	含量	剤形	服用方法	販売形態
オメプラール S	オメプラゾール	10mg	腸溶錠	1 日 1 回 1 錠	要指導医薬品
パリエット S	ラベプラゾールナトリウム	10mg	腸溶錠	1 日 1 回 1 錠	要指導医薬品
タケプロン S	ランソプラゾール	15mg	口腔崩壊錠	1 日 1 回 1 錠	要指導医薬品

メリット

- ・薬局で購入でき、すぐ使える
- ・1日1回で簡単に服用可能
- ・食事に関係なく飲める

注意点

- ・長期使用で副作用リスクあり（腸内感染症、栄養障害、腎障害など）
- ・胃がんや炎症性腸疾患など重大な疾患の症状を隠す可能性
- ・お薬手帳で薬歴が確認できない
- ・併用薬によっては、薬物相互作用のリスクがある

市販薬 PPI は、短期間の症状緩和に便利です。一方、医療用 PPI では長期服用によって慢性下痢症となり、検査で膠原線維性大腸炎が確認され、PPI 中止で改善した症例が報告されています。また、重大な消化器疾患を見過ごす恐れがあるため、他の PPI の使用期間も合わせて 2 週間を超えて続けて服用してはいけません。3 日間服用しても症状が良くならない場合は、薬剤師に相談しましょう。

編集後記

活躍する薬剤師の活動を紹介しています。今後も様々な事業を企画してまいります。
この冊子をご希望の方は下記までご連絡お願い致します

《発行》 公益社団法人 神奈川県病院薬剤師会 GTA 委員会
〒235-0007 横浜市磯子区西町 14-11 神奈川県総合薬事保健センター 4 階
ホームページ <https://www.kshp.jp/>

