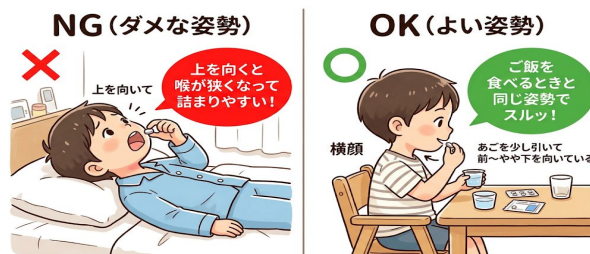


パパ・ママも安心！スッと飲める錠剤の飲ませ方

①飲む前の大切な準備・姿勢

錠剤を飲むときは、必ず上体を起こして座らせてください。
寝かせたまま飲むと、気管に入って窒息する危険があります。
必ず椅子やベッドの上にしっかり座らせてください。



②スルッと飲める！飲み方の4ステップ

- ステップ①：一口の水を飲んで、口と喉を湿らせます。
ステップ②：錠剤を「舌の真ん中より少し奥」に乗せます。
ステップ③：水を少し多めに含み、うつむき加減で水と一緒に一気に「ゴクン」と飲み込みます。
ステップ④：飲んだ後はお口を開けて、口の中に薬が残っていないか確認します。



ゴクン!と飲み込む(一気飲み)



飲んだ後のチェック



③水だけで飲めないときのひと工夫

- ・服薬補助ゼリーを使う（オブラートゼリー）
- ・プリンやヨーグルトに挟む
- ・ご飯などをよく噛んで「今からゴクンと飲み込む」という直前のタイミングで口に入れ、食べ物と一緒に飲み込ませます。

※注意：弾力のある「一口こんにゃくゼリー」は、
喉に詰まるおそれがあるため絶対に使わないでください。

プリンで薬を
包み込んでツルン!



④【要注意】やってはいけないこと

薬によっては「ゆっくり効く仕組み」や「胃酸から守るコーティング」が施されていますので、自己判断で錠剤をつぶしたり、割ったりしないでください。

飲み込むが難しい場合は無理をせず薬局へご相談ください

⑤元気なときに！お菓子で「ごっくん」練習法

体調が悪いときのぶっつけ本番は大変です。

元気なときに、噛まずに水で飲み込む感覚をゲーム感覚で練習してみましょう。

小粒のラムネ：薬の形に近く、万が一溶けても安全でおすすめです。

小さく砕いて溶けかけている氷：表面がツルツルしていて滑りやすいです。

小さく割ったチョコ：体温ですぐに溶けるため、恐怖心を減らせます。



おじさん薬剤師の日記

<https://kusuri-yakuzaishi.com/>