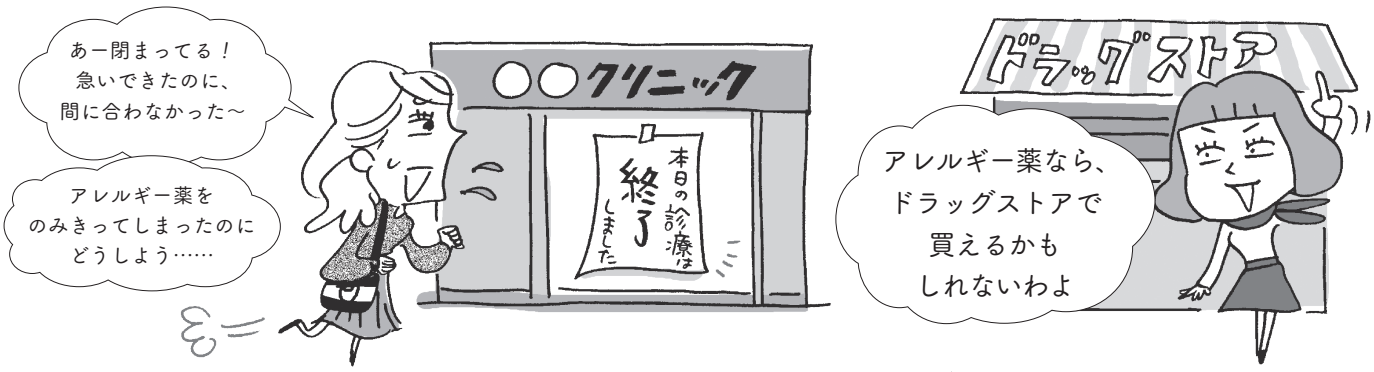
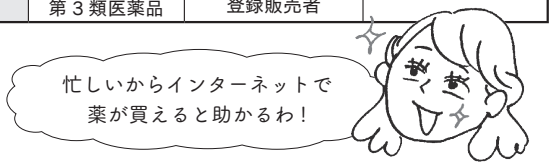
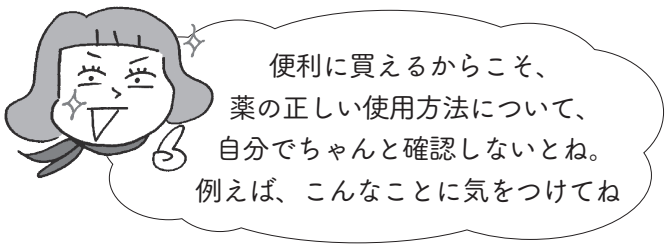
市販薬を活用して医療費も時間も節約！



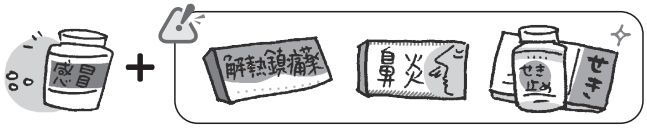
●市販薬（薬局で処方箋なしで買える薬）の種類

市販薬の種類		対応する専門家	インターネット、郵便等での販売
要指導医薬品		薬剤師	不可
一般用医薬品	第１類医薬品		可
	第２類医薬品	薬剤師または登録販売者	
	第３類医薬品		





1 市販薬の【総合かぜ薬】は【解熱鎮痛薬】と【鼻炎薬】【せき止め薬】を合わせた薬のため、これらの薬と併用すると成分が重複します。気をつけましょう。



2 病院で処方された薬を服用している人が、市販薬を利用する場合も注意が必要です。医師や薬剤師に相談しましょう。

3 薬は、コップ１杯の水かぬるま湯でのみましょう。他の飲み物でのむと、さまざまな影響があります。

牛乳でのむと……

牛乳や乳製品は、胃の pH を上げる働きが強い食品です。薬によっては効きめが低下し、効果が出るのに時間がかかることがあります。

ジュースでのむと……

薬によっては吸収が低下することがあります。病院で処方されたコレステロールや血圧の薬は、グレープフルーツジュースでのむと効果が強く出たり副作用が現れやすくなります。

コーヒー・お茶でのむと……

薬の中にはカフェインが含まれているものがあり、カフェインのとりすぎで眠れなくなる場合もあります。

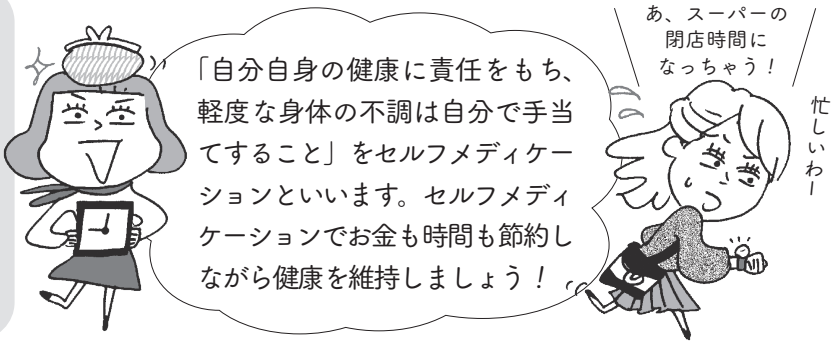
アルコールでのむと……

薬の効きめが強く出たり、副作用が現れやすくなります。

1～3 出典：日本OTC医薬品協会HP「くすりの正しい使い方」

セルフメディケーション税制を活用しよう

健康診断や予防接種等を受けている人が、対象となる市販薬を年間 12,000円を超えて購入した場合に所得控除が受けられる制度です。詳細は、下記でご確認ください。

★日本一般用医薬品連合会 HP「知ってトクする！セルフメディケーション税制」
https://www.jfsmi.jp/lp/tax/

★国税庁 HP「No.1129 特定一般用医薬品等購入費を支払ったとき（医療費控除の特例）【セルフメディケーション税制】」https://www.nta.go.jp/shiraberu/taxanswer/shotoku/1129.htm