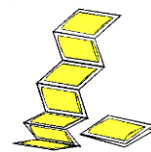


<センター通信 9月号>



～薬を飲みすぎていませんか？～

中津川市地域総合医療センター 船橋浩一

みなさんは、1日に何種類の薬を飲んでいますか？

血圧、コレステロール、痛み止め、睡眠薬、なぜ必要だか良く分からないが昔からずっと飲んでいる薬…。

特に高齢の患者さんでは1日に10種類以上の内服薬を飲んでいる方も少なくありません。患者さんに「薬でお腹が一杯になってしまう」と冗談とも本気ともつかないことを言われることも稀ではありません。

その薬、本当に必要でしょうか？



日本老年医学会などによる指針には、高齢者では特に6剤以上の薬を併用すると、副作用の危険性が高くなるため、可能な限り多剤併用を避けることが勧められています。

年をとってくると、どうしても体のあちこちに不具合が起きてきます。胸が苦しい、胃腸の調子が悪い、足腰が痛い…、症状に応じて色々な医師を受診すると、それぞれで薬が処方され、あっという間に多くの薬が手元に並ぶことになります。

眠れないからと処方されている睡眠薬のために、認知症の様な症状が現れ

たり、風邪の鼻水を止めるためと安易に処方された薬で、ふらついて転倒してしまったりする場合があります。もちろん漢方薬にも副作用はあります。

では多剤併用の弊害を避けるにはどうすれば良いのでしょうか？



まずは、信頼の出来るかかりつけ医を決めて、高血圧や糖尿病、高脂血症、慢性腰痛といった日常的な処方をまとめて任せることが大切だと思います。

そして、専門的な治療が必要な際には、かかりつけ医からの紹介状を持って専門医を受診することで、皆さんの日頃の治療状況を伝えてもらう様にしましょう。緊急の際など紹介状を持参することが出来ない場合でも、最低限お薬手帳や、処方詳細の書いた紙を持参して医師に見せて下さい。

院外薬局を利用されている方は、かかりつけ薬局を決めて、全ての調剤を同じ薬局で行ってもらうことで、薬剤師による薬の飲み合わせの確認などが行いやすくなります。



最後に重要なことですが、「**決して自己判断で薬を中止しないで下さい**」

薬の中には急に中止すると非常に危険なものもあります。また病状によって、どうしても外すことの出来ない重要な薬もあります。

「クスリはリスク」であることを忘れず、必要な治療はしっかりと受けて、より良い薬との付き合いをしていきましょう。