



## その薬、ホントに必要ですか？念の為って???



### ～「ポリファーマシー」とは～

医療法人社団 秀皓会 理事長 船本 全信

皆さん、梅雨明けと同時に猛烈な暑さが襲ってきていますね。夏バテ対策はしっかりとお願いします。

さて、今回は、ポリファーマシーについて説明しようと思います。ポリファーマシーは、「poly (複数)」+「pharmacy (調剤)」からなる言葉ですが、単純に複数の医薬品を使用している状態を指す言葉ではありません。仮に多くの医薬品を使用している場合、患者さんの治療や健康管理に必要な場合は、ポリファーマシーとは言いません。しかし、たとえ使用している医薬品が少なくても、医薬品同士の「相互作用」が疑われる場合、同じ成分の医薬品が「重複」している場合、「使用する理由が明確ではない」医薬品が含まれている場合などは、ポリファーマシーと言えます。つまり、ポリファーマシーとは、様々な要因によって「必要以上の」医薬品を使用している状態を指します。

ポリファーマシーが起こる背景として、以下のようなケースが考えられます。

例えば、膝の痛みなどで整形外科を受診した際、鎮痛剤と一緒に「胃薬」も処方されることがあります。この患者さんが既に別の胃薬を飲んでいて、今回の胃薬は不要かもしれません。また他のケースとして、現在使用している「薬の副作用」と気付かず、その副作用症状を抑えるために、更に薬が処方されることがあります。このようなケースは、副作用を起こしている可能性のある薬を中止・変更することで済んでしまう事案です。また、処方された薬を「正しく使用せず」に残してしまうケースもあります。医師は、薬は正しく使用されていることを前提としていますので、症状が改善しない場合には「薬が効いていない」と判断し、更に薬を増量したりより強力な薬を使います。このようなケースでは、処方された薬を正しく使用する、または服用していない旨を報告することで、本来必要ではなかった薬を減らすことができます。この様に、種々の背景によってポリファーマシーが起こり、場合によっては健康に悪影響を与えかねません。

最近では、特に高齢者のポリファーマシーが問題とされています。その理由として、高齢者は複数の疾患に罹っていることが多く、その分、使用する薬の数がどうしても増える傾向にあります。また、加齢に伴い消化吸収や代謝機能が衰えるため、薬の効き目が弱い場合や、逆に強すぎてしまう場合があり、若年者よりも副作用のリスクが高まります。そのような高齢者に対する処方の指針として、日本老年医学会が10年ぶりにガイドラインを全面改訂し、「高齢者の安全な薬物療法ガイドライン 2015」を発出しました。これは、特に高齢者に処方されやすい医薬品について、専門医の意見や論文などをもとに推奨される医薬品と中止を考慮すべき医薬品の使用方法をまとめたもので、推奨や中止の根拠・代替薬の例などが記載されています。特に、薬の効き目の評価が難しい精神科領域では、「症状を抑えること」を優先して処方することが多いため、症状が安定している間は投薬調整せず、症状が悪化した場合に薬の種類や量が「上乘せられてしまう」事が多いです。しかし、使用する薬の種類や量に比例して副作用のリスクが上がるのが分かり、「減薬」の必要性が認識されるようになってきました。特に抗不安薬や睡眠薬は、筋肉の緊張をゆるめたり平衡感覚に影響を与えたりすることから、高齢者を中心に「ふらつきや転倒のリスク」が問題視されています。

(裏面へ続く)

ポリファーマシーは、単純に医薬品を減らせば解決できるという問題ではなく、処方を行う医師・看護師・薬剤師など医療スタッフが、それぞれの立場から得られた患者さんの情報を共有し、医薬品の適正使用を心がけていくことが必要です。患者さん自身も、「お薬手帳」「かかりつけ薬剤師制度」を活用し、使用している医薬品について積極的に医療スタッフに相談することがポリファーマシーの解決につながります。ですが、一番気をつけて頂きたいのは、疾患を増やさないこと・減らすことです。疾患が増えれば、薬は増えて相互作用や副作用が心配となります。肥満や糖尿病を改善するだけで、合併症のリスクは減ります。食事コントロールするだけで、痩せて、血圧下がって、糖尿も改善します。運動では、まず不可能です。耳にタコが出来ているかもしれませんが、糖質を極力減らす「糖質制限食」こそが、ポリファーマシーにならないカギと言えると思います。

## 【ふなもとクリニック エコー検査予定】

### 8月の予定

井上先生 3(土)午前/午後・17(土)午前/午後・24(土)午前/午後  
 杉山先生 9(金)・16(金)・23(金)・30(金)  
 池田先生 6(火)・20(火)  
 山本先生 10(土)午前/午後・29(木)午前/午後



### 9月の予定

井上先生 未定  
 杉山先生 6(金)・13(金)・20(金)・27(金)  
 池田先生 10(火)・24(火)  
 山本先生 未定



## 夏季休診のお知らせ

下記の日程において、夏季休診とさせていただきます。  
 ご不便をおかけしまして大変申し訳ございませんが、ご了承ください。

**8月11日(日)午後～8月15日(木)**

※定期薬の処方を受けておられる方はお気をつけください。



## 「シミ」「ムダ毛」のお悩みに

当院では「光治療機」を用いてのシミ・脱毛治療を行っております。レーザー治療の様に施術部位が赤く変色しないため、すぐにお化粧が出来て誰にも気づかれないうちに綺麗になります。  
 無料体験会も実施しておりますので、ご興味のある方はスタッフまでお問い合わせください。

## 禁煙外来

“そろそろタバコをやめたい”  
 と思っておられるかた、当院  
 では禁煙外来も行っております。  
 是非ご相談下さい。



- ◆ふなもとクリニック 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 7-13 tel. 0798-81-1192
- ◆ふじもとクリニック 〒663-8165 西宮市久保町 7-35 レインボー酒蔵通 1F tel. 0798-42-7692
- ◆居宅介護支援事業所 **ふくろう** 〒663-8165 西宮市甲子園浦風町 6-20
- ヘルパーステーション・デイサービスセンター tel. 0798-40-9500(代表) 0798-49-7670(デイ直通)