

第25回 ポリファーマシー ～あなたは無駄な薬を飲んでいませんか～

日野病院 病院長 孝田 雅彦



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

新年からたくさん薬を飲んでいませんか？

新年明けましておめでとうございます。皆さん、良いお正月を迎えられたでしょうか。

今年の正月は曇りや雪の日が多かったです。体調はいかがでしたでしょうか。「膝が痛い」「腰が痛い」と鎮痛剤を飲み、「胃が悪くなるから、胃薬も飲んでおこう」と、どんな薬が増えていませんか。このように多数の薬を飲んでいることをポリファーマシーと言います。何種類飲んでいけばポリファーマシーと言うかははっきりしていません。

が、6種類以上は異論のないところでしょう。しかし、必要な薬は飲まないといけないので、必要とされる以上に薬を飲んでいる場合をポリファーマシーというべきでしょう。

飲み続けなければいけない薬と、そうでない薬

薬には3種類あります。病気の本態を治療する薬、例えば細菌性肺炎で細菌を殺す抗生剤です。この薬は病気が治れば終了です。次に、病態をコントロールする薬です。降圧剤や高脂血症の薬、抗不整脈薬などです。降圧剤で血圧が正常になっても薬をやめればまた血圧は上がってしまいます。したがって、これらの薬は勝手に中止することはできません。

最後は症状を和らげるための薬です。熱が出たときの解熱剤、痛いときの鎮痛剤、眠れないときの睡眠薬などです。これらの薬は症状が治まればやめても問題ありませんし、できるだけ控える方が望ましいものです。

「今は痛みが治まって

るので鎮痛剤は控えてもいいかな？」と思われるから、主治医の先生に申し出て下さい。この種の薬でも一度にやめると症状を悪化させることがありますので、主治医と相談の上、適切なやめ方をしてください。

医師だって薬の量は減らしたいもの。やめるときは必ず主治医の判断を

時に、「先生に薬を減らしてほしいというのは失礼になるのでは」と考える患者さんもあります。むしろ医師は薬を減らしたいと思っていますので、心配ありません。

ただ、前述のように病気の本態を治したり、コントロールしたりする薬をやめ

るためには十分に検討しないといけませんので、主治医と相談し、くれぐれも勝手にやめないようにしてください。

また、「医師はたくさん薬を出して儲けようとしている」と思っている患者さんがいますが、それも間違いです。今、医療機関のほとんどが院外処方なので薬代では儲けることはできませんし、むしろ、処方する薬が多いと処方料が減らされて損をすることになります。薬が多いと副作用もいろいろと増える可能性があり、医師もたくさんさんの薬は出したくありません。

高齢者では薬が多いと飲み間違いが起こりやすくなります。朝昼夕の薬はよく余っていたり、飲みすぎて足らなくなったりすることがあります。できるだけ飲む回数が少なく、一回で飲めるようにするのが望ましいと思います。

薬は必要な種類を確実に飲むことが大切です。薬に頼りすぎず、大事な薬はしっかり飲んで健康を保ちましょう。

