



しまたに 健康倶楽部(季節号)



令和 4年 10月
第 50 巻 秋号

医療法人信英会 島谷病院, 721-0955, 福山市新涯町 2-5-8, 電話 084-953-5511
ホームページ <https://shimatani.fmed.jp/>
メール shimatani@fmed.jp



秋ですわ

夏が終わり、秋本番の過ごしやすい気候と徐々になってきました。

秋と言えば、何を思い浮かべますか？ ある調査では多くの回答が『食欲の秋』となったそうです。秋ならではの食材、旬の時期が一番おいしく、また栄養面でも充実しているそうです。

また『行楽の秋』も魅力の一つ。今年の秋は2年ぶりに行動制限なしの秋となりそうです。そんな中、景気対策の一つとして「旅行割り」も開始されるそうです。行動制限等は特にないとのことですが、まだコロナウイルスが終息したわけではありませんので、感染対策を行いながら、秋ならではの楽しい、旅行を行いたいですね。

季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもありますので、体調管理にも気を付けていただき、充実した秋をお過ごしください。

秋号 トピックス

- 1 秋ですわ
- 2 お薬の量、増えてませんか？
- 3 ポリファーマシーの原因は？
- 4 ポリファーマシーを解消するには



お薬の量、増えてませんか？

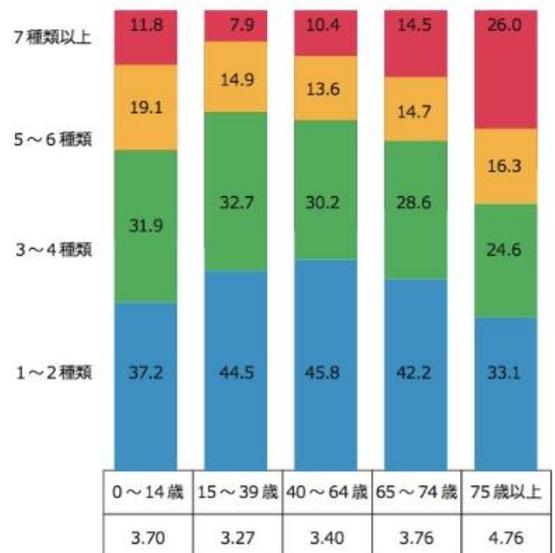
最近、自分のお薬が多くなってきたなあ』と思うことはありませんか？

最初は1つか2つだけだったのに、痛み止めや胃薬、便秘薬などだんだん増えて、気がつけば何種類も飲むようになっている。数が増えてからは自分で管理するのも大変になり、飲み忘れたお薬や使わなくなったお薬が家に余っている。これを読んで心当たりのあるあなた、もしかするとポリファーマシーに陥っているかもしれません…

このポリファーマシーとは単にお薬の数が多いことではありません。多くのお薬を服用しているために、副作用を起こしたりきちんとお薬が飲めなくなるなど、害をなすものをポリファーマシーといいます。

併用するお薬が何剤以上でポリファーマシーとするかについて厳密な定義はありませんが、国内では薬物有害事象の発現頻度が6剤以上で上昇するという報告から、6剤以上がポリファーマシーの目安とされています。

院外処方(薬局調剤)



出典:厚生労働省ホームページ平成26年社会医療診療行為別調査の概況

— 基本理念 —

『患者様と共に悩み、そして
共に歩み続ける病院』



— 基本方針 —

1. 説明と同意の原則に基づき、納得のできる医療を提供します。
2. チーム医療を行い、安全な医療、快適な医療環境を提供します
3. 研鑽を怠らない、変わる自分を目指します。
4. 健全な経営、開かれた経営を行い、地域・社会に貢献します。

ホームページ



医療・療養・介護に関するご質問・ご相談等は、総合案内(受付)または地域連携室・在宅ケア室までお気軽にお問い合わせください。



ポリファーマシーが起こる原因は？

①複数の医療機関への受診

高齢になると、体の不調や様々な病気によって複数の医療機関に受診する方が多くなります。例えば整形外科は〇〇病院、内科は〇〇医院など、複数の医療機関に受診せざるを得なくなってしまいます。さらに受診をするとお薬が各病院、医院から処方されるため、かかっている病院や診療科が多くなるにつれてお薬が増える原因になります。

②お薬の漫然使用

高齢になると若いころと比べて腎機能や肝機能が低下します。すると、若いころと同じ量のお薬を服用していても体が代謝・分解できなくなり、薬物有害事象が出やすくなってしまいます。服薬により現れた有害事象が新たな症状と誤認され、それに対する処方によりさらにお薬が増えるという悪循環に陥る場合も考えられます。

③自己調節や管理能力の低下

新しいお薬が増えてくると、自分でお薬の管理を行う事がだんだん難しくなってきます。管理が困難になると、それが次第に飲み忘れや飲み間違い、自己判断による中断といった服薬アドヒアランスの低下に繋がってきます。このような状態が続くと、自宅にお薬が余るようになり残薬問題が発生してしまいます。他にも定期服用薬ではない風邪薬や痛み止め、抗生物質などを念のためとして受診するたびにもらうようなことも自宅にお薬が余ってくる原因の一つです。



※ 医師から薬剤を処方されても、患者が処方薬剤を服用しなければ治療効果は期待されません。服薬アドヒアランスとは、患者がどの程度処方どおりに服薬しているかを意味しています。

ポリファーマシーを解消するには...

ポリファーマシーを解消するにはただ単純にお薬の数や量を減らせればよいというわけではありません。治療に必要なお薬が6種類を超える方も当然いらっしゃるし、処方されたお薬の数が少なくても問題が発生する可能性ももちろんあります。気になる症状があっても、勝手にお薬をやめたり、減らしたりするのはよくありません。お薬によっては、急にやめると病状が悪化したり、思わぬ副作用が出ることもあります。必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

相談する時には、使っているお薬を全部伝えてください。お薬以外でも毎日飲んでいる健康食品やサプリメントがある場合は、その情報も伝えてください。またいつ頃から、どのような症状が出てきたのか、気になる症状についてメモしておくことで医師、薬剤師も答えやすくなります。



日頃から病院や医院で処方されるお薬ですが、飲みすぎやお薬による副作用など色々なことが起こる可能性があります。これらのポリファーマシーを注意するには、かかりつけの医師やかかりつけ薬剤師を持って、処方されているくすりの情報を把握してもらっておくのが安心です。また自分の処方されているくすりがかかるように、お薬手帳にまとめておくと、なお安心です！

さらに詳しい情報は、一般社団法人日本老年医学会のホームページに掲載のパンフレットをご覧ください。

－ 患者様の権利 －

1. 良質で適切な医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療について十分な説明を受け、ご自身で選択する権利があります。
3. 個人情報にかかるプライバシーは守られる権利があります。
4. 他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利を尊重します。

医療法人信英会 島谷病院

721-0955 福山市新漕町2-5-8

電話番号：084-953-5511

FAX 番号：084-953-7304

電子メール：shimatani@fmed.jp

