

無駄なお薬飲んでいませんか？～医療の現場で話題のポリファーマシーとは？～

「毎日、どのくらいの数のお薬を飲んでいますか？」定期的に病院にかかり、お薬を飲んでいらっしゃる方へお尋ねすると、色々なお返事をいただきます。

一つの種類のお薬を毎日飲んでいる方もいらっしゃれば、数多くの種類のお薬を毎日飲んでいらっしゃる方もいらっしゃいます。中には「片手では数え切れない種類を飲んでいて、もう何が何の薬だかわからなくなっちゃうよ」と笑って答える方も少なくありません。

このように、沢山のお薬を飲んでいる、特に6剤以上飲んでいる方は「ポリファーマシー」の可能性ががあります。



「ポリファーマシー」とは、必要以上に薬を服用している状態のことを指します。「多剤併用」「多剤服用」ともいわれます。服用している薬が多ければ様々な弊害を生み出す危険が高まります。副作用がおきる可能性や飲み間違い、もちろん経済的負担もです。

なぜ、ポリファーマシーになってしまうのでしょうか？多くの原因がありますが、代表的な二つの例を挙げてみましょう。

一番に挙げられるのは、薬の副作用に対して更に薬が処方されてしまう場合です。たとえば、関節の痛みのために痛み止めを飲んでいたらとしましょう。すると、痛み止めの副作用である胃痛が起きました。そのため、胃の痛みを抑える制酸剤が処方されます。すると今度は制酸剤による肝障害がでてしまいました。そして新たに肝臓の薬を飲むことになります。このような連鎖で多くの薬の飲むことになってしまうのです。

ふたつめの原因としては、複数の医療機関を受診することで、気づかぬうちに同じ薬が出てしまう場合です。胃痛で内科に通い胃の薬を処方されている方が、整形外科に関節の痛みで受診します。このとき、痛み止めと一緒に胃への副作用を抑える制酸剤ももらってしまうことはよくあるパターンです。ご本人が気がつかない間に胃の薬が2種類も出ているのです。

では、このポリファーマシーを防ぐ為にはどうしたらいいのでしょうか？

それには、お薬手帳が大事な役割をはたします。複数の医療機関で処方された薬をまとめて管理できる為、薬が重複していても医師や薬剤師がすぐに気づいてくれます。

また、もう1つの方法として、かかりつけ薬局を持つことも有効です。どんな病院でもらった処方箋も同じ薬局に持っていくことで、まとめて管理することができます。重複している薬があれば、薬剤師が医師に確認してくれます。

もし、薬が多くて不安を感じる人は、医師もしくは薬剤師にお尋ねください。お薬が多いからといって自分の判断で薬を中止してしまうのは、ポリファーマシー以上に危険なことです。まずは専門家に相談することがお薬を有効に使用する一番の近道なのです。