

くすりと健康のはなし

薬包紙やくほうし

第115回

医療保険委員会委員

一般社団法人岐阜県薬剤師会
野々村和哉

「ポリファーマシー」という言葉
を聞いたことがありますか? 「ポ
リ」は「たくさん」、「ファーマシー」
は「薬」。直訳すると「たくさんさんの薬
を飲むこと」となります。

薬には効果がある反面で副作用
もあります。東京大学医学部附属病
院老年病科の調査では、薬が6種類
以上になると副作用がぐんと増え
るといふ結果が出ています。全部必
要な薬でしつかり飲んでるので
あれば、それは治療のために不可欠
な薬を飲んでいることになるので、
医師や薬剤師の指導のもとでこれ
からも飲み続けることが大切です。

しかし、こんな言葉も耳にしま
す。「私はこれだけ薬を飲んでい
るから調子が良いんや」「この薬はも
う10年も飲んでいて私に合っ
てる」。果たして、そうなのでしょ
うか? もちろん薬を飲み始めるきつ
かけがあり、薬を飲むことで症状は
改善したかと思えます。しかし、ま
た症状が出ないよう予防のために
薬を服用することは、病状によつて
は不要です。かぜをひいたら困るか
ら、年中かぜぐすりを飲み続けるこ
とはありませんよね?

「ポリファーマシー」から脱出しよう!

例えば、血圧を下げる薬を飲み
始め、その後便秘がちになって便
秘薬を飲む。すると、気持ちが悪く
なって吐気止めを飲むというよう
に、気づいたら薬が増えてしまっ
ていた方もいるでしょう。便秘は
血圧を下げる薬の副作用の可能性
もあり、それがきっかけで薬が増
えてしまったとも考えられます。
血圧の薬を変更できれば、他の薬
は飲まなくてもよかつたかもしれ
ません。加えて、複数の病院から処
方されている薬が、実は同じよう
な薬で重なって飲んでいたという
ことも起こりえます。

「ポリファーマシー」とはこう
いった、ひよつとしたら飲まなく
てもいいかもしれない薬をたくさ
ん飲んでいること、を指します。こ
のポリファーマシーの状態を解消
することも、健康への近道となり
えます。

くすりは使い方を間違えるとリ
スク(危険)となります。「今飲ん
でいる薬を減らせないかなあ」「薬
が重なっていないかなあ」と思わ
れたら、薬剤師にぜひご相談くだ
さい。