

あなたは大丈夫？ 「多剤服用」

近年、多剤服用（ポリファーマシー）によって、副作用や薬物有害事象※をはじめとして、さまざまな問題が起きています。

※薬との因果関係がはっきりしないものを含め、患者に生じる好ましくない、あるいは意図しない兆候、症状、または病気。

いつの間にか増えている薬

何種類以上の薬を併用すれば多剤服用という明確な定義はありませんが、一般的に4～6種類以上の薬を併用している状態といわれています。たとえば、持病があり毎月内科を受診している人が、同じ月に眼科や整形外科に行き、それぞれで薬をもらい、さらに市販薬を購入した場合、もらいすぎの意識は無くても多剤服用状態になっています。

また、異なる医療機関から同じ効能の薬が重複して処方されている場合は、重複服薬の問題もあるので注意が必要です。

！ 同じ医療機関で処方されていれば薬の重複や飲み合わせなどもチェックできますが、そうでなければ薬が増えるだけ副作用や薬害有害事象のリスクも高まります。



薬のもらいすぎを防ぐために

「お薬手帳」を活用しましょう

○基本情報を書いておく

お薬手帳には、病歴や薬による副作用歴、アレルギーの有無などの基本情報を書いておきましょう。医師や薬剤師が薬を安全に処方、調剤するのに役立ち、伝え忘れも防げます。

○気になることはメモしておく

薬を飲んだ後に体調が悪くなったこと、用量を間違えて飲んだこと、飲み忘れたこと、市販薬を買って飲んだことなどをその都度メモしておきましょう。次の処方や調剤の際に役立ちます。

○お薬手帳は1冊にまとめておく

お薬手帳は、同時に複数の医療機関や薬局を利用している場合でも、1冊にまとめましょう。医師や薬剤師が現在の服薬状況がわかり、薬の重複や飲み合わせなどもチェックすることができます。

その他に気をつけたいこと

○むやみに薬を欲しがらない

薬をたくさんもらわないと不安という人がいますが、医師の診断と処方を信頼しましょう。

○勝手に薬をやめない

薬は処方どおりに飲みましょう。勝手にやめると、症状を悪化させるおそれがあります。

○重複受診をひかえる

同じ病気で複数の医療機関に行く重複受診は薬の重複を招きます。安易な病院のはしごはやめましょう。

（作成者：白河市役所 保健福祉部 国保年金課 国保係）