

いま

# 飲んでいる薬 多くないですか？

～ポリファーマシーの現状～

高齢になると処方される薬の数が増え  
副作用が起こりやすくなるので注意が必要です



発行 富山県後期高齢者医療広域連合・富山県

制作 公益社団法人富山県薬剤師会





# なぜ高齢になると薬が増えるの？



## 高齢者では薬の数が増えてきます



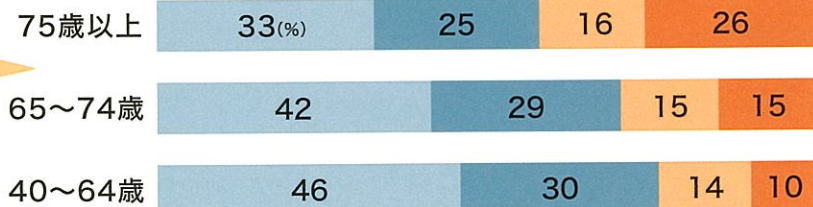
高齢になると、複数の持病を持つ人が増えてきます。そして、病気の数だけ処方される薬も多くなります。70歳以上の高齢者では6つ以上の薬を使っていることも珍しくありません。

### 年齢層別の薬の数

一人の患者さんが1か月に1つの薬局で受け取る薬の数

1～2個 3～4個 5～6個 7個以上

60歳を超えると  
7つ以上の薬を  
受け取る割合が増え、  
75歳以上では  
約4人に1人となる



厚生労働省「2014年社会医療診療行為別調査」

引用元「高齢者が気をつけたい多すぎる薬と副作用」



## ポリファーマシーってご存じですか？



多くの薬を服用しているために、副作用を起こしたり、きちんと薬が飲めなくなったりしている状態をいいます。単に服用する薬の数が多くことはありません。

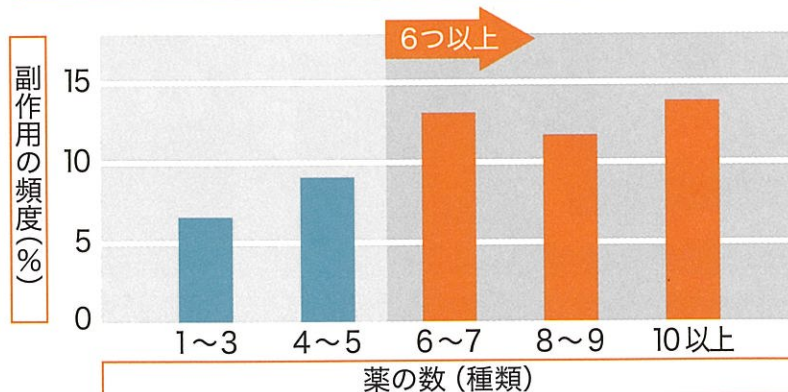


## 薬が増えると副作用が起こりやすくなります



高齢者では、処方される薬が6つ以上になると、副作用を起こす人が増えることが分かっています。

### 薬の数と副作用の頻度との関係



Kojima T, Akishita M, et al. Geriatr Gerontol Int. 2012

引用元「高齢者が気をつけたい多すぎる薬と副作用」





# なぜ高齢者では副作用が起こりやすいの？

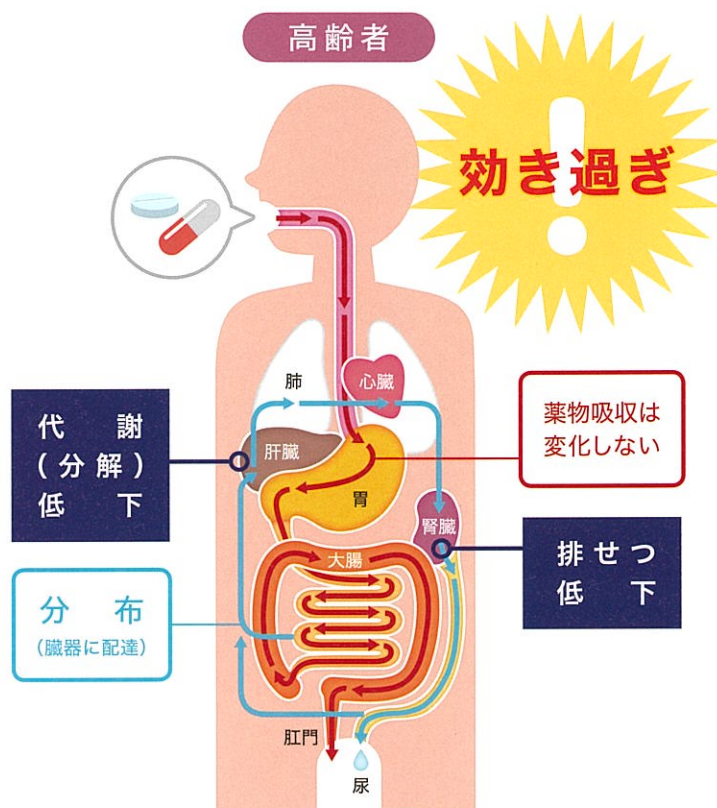


口から飲んだ薬は胃や小腸で吸収され、血液によって全身に運ばれ、目的の組織に到達(分布)すると、効き目を発揮します。薬は、徐々に肝臓で代謝(分解)されたり、腎臓から排泄されたりして、効き目がなくなります。

ところが、高齢になると、肝臓や腎臓の働きが弱くなり、薬を分解したり、体の外に排泄したりするのに時間がかかるようになります。

そのため、薬が効きすぎてしまうことがあるのです。

また、薬の数が増えると、薬同士が相互に影響し合うこともあります。そのため、薬が効きすぎてしまったり、効かなかったり、副作用が出やすくなったりすることがあります。



引用元「高齢者が気をつけたい多すぎる薬と副作用」



## 高齢者に多い薬の副作用



高齢者は、多くの薬を使うと副作用が起こりやすいだけでなく、重症化しやすくなります。

高齢者に起こりやすい副作用はふらつき・転倒、物忘れです。また、高齢になると骨がもろくなるので、転倒による骨折をきっかけに寝たきりになったり、寝たきりが認知症を発症する原因となる可能性もあります。

そのほかに、うつ、せん妄(頭が混乱して興奮したり、ボーっとしたりする症状)、食欲低下、便秘、排尿障害などが起こりやすくなります。





# こんな症状はありませんか？



- ☐ 物忘れ
- ☐ うつ
- ☐ せん妄



- ☐ 食欲低下
- ☐ ふらつき・転倒
- ☐ 排尿障害
- ☐ 便秘

そんなときには…

## かかりつけの医師、薬剤師に相談してください

気になる症状があっても、勝手に薬をやめたり、減らしたりするのはよくありません。薬が多いからといって必ず減らすべきということではありません。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場合があります。必ず、かかりつけの医師や薬剤師に相談しましょう。



## どのように相談すればよいの？

### 1. 使っている薬は、必ず全部伝えましょう

薬以外で毎日飲んでいる健康食品やサプリメントがある場合は、その情報も伝えましょう。

### 2. 気になる症状をメモしておきましょう

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きましょう。

### 3. お薬手帳を持ちましょう

自分の処方されている薬がわかるように、お薬手帳は1冊にまとめておきましょう。



ご相談は、かかりつけ薬局・薬剤師あるいはお近くの薬局へ  
**(公社) 富山県薬剤師会 ☎ 076-420-5450**