

# 『ポリファーマシー』ってなに??



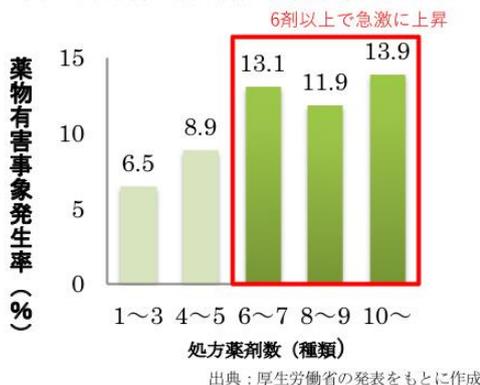
みなさんは『ポリファーマシー』という言葉を目にしたことがありますか？

ポリは「たくさん」、ファーマシーは「薬」を意味し、「**必要以上に薬が処方されている状態**」や「**不必要な薬が処方されている状態**」をポリファーマシーと言います。

ポリファーマシーの問題点は、薬剤費の増大や服用する手間があげられますが、より大きな問題は薬による副作用です。特に高齢者では、服用する薬が多いほど副作用を起こす割合が高くなることわかっています。明確な定義は難しいのですが、6種類以上の処方がある場合がポリファーマシーの1つの目安とされています。

では、なぜ6種類以上なのでしょう？

図1 高齢者の投薬数と有害事象の関係性

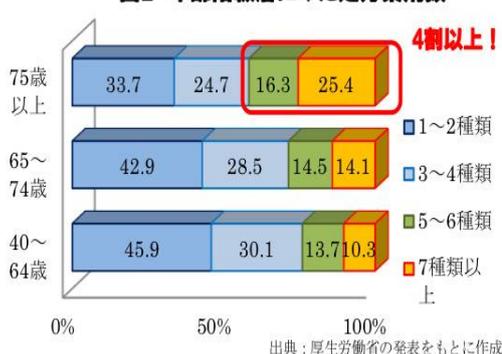


厚生労働省の調査では、投与薬剤が6種類以上になると、薬物有害事象（副作用）発生率が急激に上昇することが明らかにされています。（図1）

又、5種類以上の薬を服用している人の割合は、65歳以上で約30%、75歳以上で約40%と報告されています。

（図2）

図2 年齢階級層にみた処方薬剤数



高齢者の薬の増えてしまう原因として複数の疾患に罹っていることが挙げられます。

また、服用中止への不安感などといった心理的な要因も大きいと考えられています。

高齢者に副作用が出やすい理由として、肝機能や腎機能の低下があげられます。

これらの機能が低下すると薬の成分の代謝が遅くなり、又、排泄される時間もかかるようになります。

そのため、期待されている効き目以上に効果が出たり、それが副作用へと繋がっていくことがあります。

さらに、多くの薬を服用するとより副作用が起こりやすだけでなく、重症化することも考えられます。

## 【高齢者の薬物有害事象の主な症状】



- ・「**意識障害**」：起こそうとしても目を覚まさない、起きているのに反応が鈍い、すぐに寝てしまうなどの症状が典型的です。又、嘔下障害がみられることがあります。
- ・「**低血糖**」：血糖が急激に低下することで、手・指の震え、動悸、頻脈、発汗などが生じます。
- ・「**肝機能障害**」：食欲減退、疲労が回復しない、体を動かすとつらいといったことがよくみられる症状です。
- ・「**腎機能障害**」：足のむくみ、お腹の張り等の症状がみられます。
- ・「**ふらつき・転倒**」：高齢になると骨がもろくなるため、転倒による骨折をきっかけに寝たきりになり、寝たきりから認知症発症へとつながる可能性があります。

こんなに害があるなら、「今すぐにでも薬を飲まないようにしよう!」と思うかも知れませんが、ほとんどの薬は必要があって処方されており、自己判断での服用中止は却って重大な副作用や事故につながることもあります。

## ではどうすればよいのでしょうか・・・?

### 1. 服用している薬剤は必ず伝えましょう!

病気ごとに異なる医療機関にかかっている場合、医師や薬剤師に使っている薬（サプリメント、市販薬も含め）を正確に伝えましょう。お薬をもらう薬局を1か所に決めることで薬剤師が処方内容を把握し、薬の重複や副作用などに気づき易いという利点があります。また、複数の薬局を利用するとしてもお薬手帳を1冊に集約し、上手に活用しましょう。



### 2. 症状が落ち着いたことも伝えましょう!

医師は患者様から訴えがないと、処方を中止しづらいことがあります。特に不眠、疼痛、便秘、咳等のかぜ症状のように医師が直接観察し客観的に判断することが難しい症状は、「良くなった」という訴えが無いと、症状が継続していると判断されてしまう可能性があります。症状が改善されたのであれば、薬の減量や中止ができるかもしれません。体調の変化についても伝えることが大切です。



## 最後に

服薬で困っているときにはまず「相談する!」ということです。薬のことを医師に直接伝えづらいという方、そのようなときはぜひかかりつけの薬剤師に相談してください!!