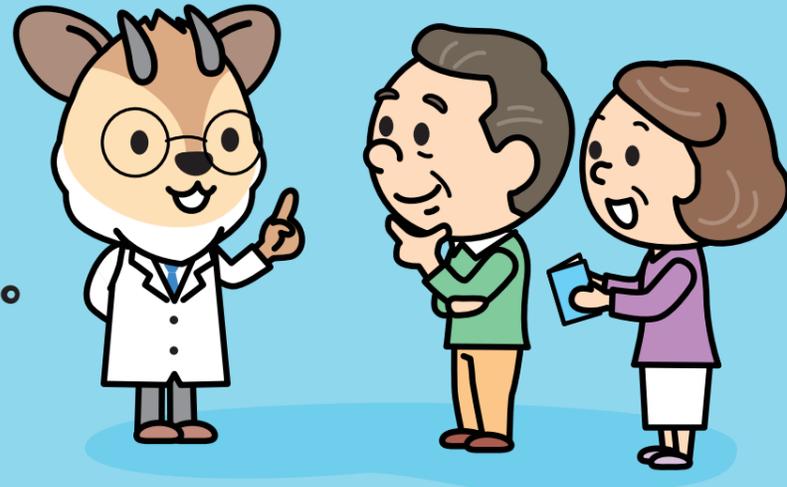


薬の疑問は、
かかりつけの
医師や薬剤師に
相談しましょう。



お薬のみすぎカモ、
お薬手帳は一冊シカだめ。

**自己判断で
薬の使用をやめない。**

薬の種類が多いからといって、勝手にやめることによるトラブルも多いので、自己判断で薬をやめないようにしましょう。処方された薬はきちんと使うことが大事です。

**使っている薬は
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、薬は重複したり増え過ぎたりしないよう、医師や薬剤師に使っている薬(市販薬も含め)をすべて正確に伝えましょう。

**お薬手帳は
一冊にまとめましょう。**

かかりつけ医やかかりつけ薬剤師を決めて、自分の病気と薬についてすべて把握してもらうようにしましょう。そして、複数のお薬手帳をお持ちの場合、薬の重複を防ぐためにも一冊にまとめましょう。

**高齢家族の服薬に
関心を持ちましょう。**

高齢になると複数の持病をかかえることが増えてきます。ご家族が誤った服薬をしていないか、飲み残しが残っていないか、年に一度はかかりつけ医やかかりつけ薬剤師に確認してもらいましょう。



カモシカ先生と申します。

かかりつけ医や
かかりつけ薬剤師を決め、
お薬手帳は一冊にまとめましょう。

詳しくは中面へ▶

多すぎる薬と副作用に気をつけましょう。

病気にかかり、新しい医療機関や診療科を受診していくと、それぞれ2~3剤の処方でも足し算的に薬が積み重なり、ポリファーマシー(※)となることがあります。また、新しい病状を薬で手当していくと、副作用などに薬で対処し続ける「処方カスケード」と呼ばれる悪循環に陥る可能性があります。

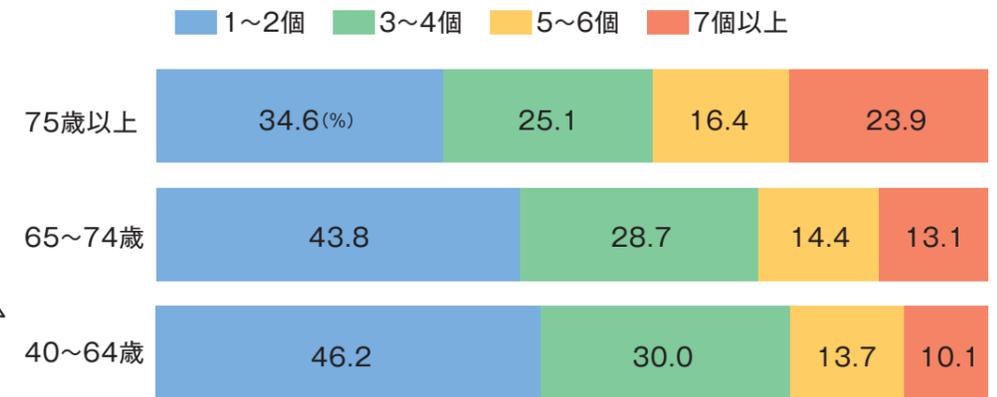
(※)ポリファーマシーとは、単に服用する薬の数が多いことではなく、それに関連して薬物有害事象のリスク増加、服薬過誤、服薬アドヒアランス低下などの問題につながる状態のこと(高齢者の医薬品適正使用の指針(総論編)より)



年齢を重ねるほど薬の数は増えていきます。

処方される薬の数(種類)は年齢を重ねるほど増えていきます。富山県でも、10万人以上の方がひと月に6つ以上の薬を使っています。

■ ひとりの患者さんが1か月に1つの薬局で受け取る薬の数(種類)

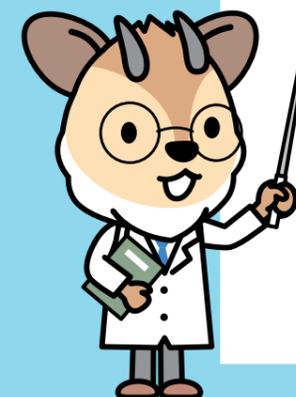
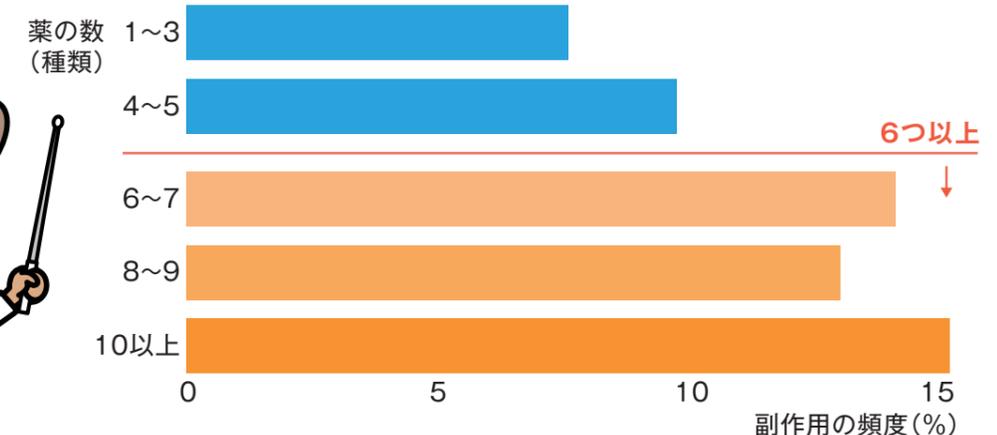


令和元年社会医療診療行為別統計より引用

薬が増えると副作用が起こりやすくなります。

副作用の発生頻度は、服用する薬の数(種類)にほぼ比例して増え、高齢者では6つ以上になると、特に発生頻度が高まるというデータもあります。

■ 薬の数と副作用の頻度との関係



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

こんな症状はありませんか？



年齢を重ねると副作用が多くなります

年齢を重ねると、肝臓や腎臓の働きが弱くなることで、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ったり、効かなかったり、副作用がでやすくなったりすることがあります。