



知っていますか？ポリファーマシー

薬剤課 大石 梨乃

皆さんは多剤服用という言葉聞いたことはありませんか？多剤服用とは、「必要以上の薬が処方されている」あるいは、「不必要な薬が処方されている」ことをいいます。受診する医療機関や診療科が複数になると飲んでる薬の把握が難しくなり、多剤服用の状態になりやすくなります。

もちろん、病気の治療のために複数の薬が必要になる方もいますが、多剤服用の中でも特に害をなすものを「ポリファーマシー」といいます。ポリファーマシーの主な問題点は、①薬が増えることにより費用が高くなる ②薬の管理が難しくなり飲み忘れなどが生じやすくなる ③副作用など体によくない症状があらわれやすくなるの3つが挙げられます。

今回はポリファーマシーを防ぐ方法について、3つ紹介します。

1つは、自分の飲んでる薬を記録するために「お薬手帳」を利用することです。お薬手帳は、病院や薬局ごとに使い分けることはせずに、1冊にまとめることが大切です。病院からもらった薬の記録だけでなく、市販薬や健康食品、サプリメントなどを購入した記録・服用中の体調の変化・医師、薬剤師への質問なども併せて記録することで、より有効に活用すること

ができます。また、救急のときに、飲んでる薬を正確に伝えるために、病院や薬局に行くときだけではなく、旅行先や災害時の避難所などにも、お薬手帳を持っていくことを心掛けましょう。新しいお薬手帳に切り替わったあとも、しばらくは古いお薬手帳と一緒に携帯しておくで安心です。

2つ目は、利用する調剤薬局をできるだけ1か所にする事です。そうすることでかかりつけの薬剤師に飲んでる薬を把握してもらいやすくなります。

3つ目は、薬が多くて飲みづらい、減らしたいなど何か困っていることがあれば、かかりつけの医師や薬剤師に相談することです。薬を自分の判断で調節して飲んでると、体調が悪くなってしまったり、医師が薬の効果を確認するのが難しくなったりなどして、必要以上の薬が処方されてしまうかもしれません。薬を医師の許可なく自己調節することはせず、体調の変化などがあれば必ず医師や薬剤師に相談するようにしましょう。

ポリファーマシーは、副作用リスクの増加や飲み間違い、服薬意識の低下などを引き起こすと言われてます。安心・安全な薬物治療のために、上手に「おくなり」と付き合っていけるよう心掛けましょう。

5月の救急医療機関

	外科休日当番医 (8:30～翌8:30)	歯科休日当番医 (9:00～12:00)	電話番号	住所
2日(日)	市立病院	山中歯科医院	0125-65-5554	奈井江町字奈井江 171-2
3日(月)	市立病院	赤平ファミリー歯科クリニック	0125-32-4884	赤平市東文京町 3-1-2
4日(火)	滝川脳神経外科	近藤歯科医院	0164-35-2538	沼田町本通 3-4-3
5日(水)	市立病院	新十津川パンダ歯科	0125-76-3202	新十津川町中央 309-1
9日(日)	市立病院	多比良歯科医院	0125-54-3510	砂川市東7条南 5-19
16日(日)	市立病院	深川第一病院歯科口腔外科	0164-23-3516	深川市あけぼの町 1-1
23日(日)	市立病院	扇町歯科医院	0125-24-3300	滝川市扇町 3-1-7
30日(日)	市立病院	アヒコ歯科医院	0125-24-8711	滝川市一の坂町東 3-3-9

※市立病院…Tel 22-4311/ 大町 2-2-34 滝川脳神経外科…Tel 22-0250/ 西町 1-2-5

休日の内科・小児科の診療は市立病院で受け付けます(8:30～翌8:30)。

平日の時間外診療の協力医療機関については当番病院案内ダイヤル(Tel 22-2299)でお知らせします。