

〈死にたくなければ、知っておきましょう〉

ほか 鎮痛剤 風邪薬 胃薬 糖尿病治療薬 降圧剤

「危ない薬」の見分け方

年齢、体調、生活習慣で考える あなたの「やめどき」完全ガイド

病気を治すために飲んでいるはずの「薬」が、実はあなたの健康を害しているとしたら——どんな薬にも副作用などのリスクがつきものだ。時には、やめる、という選択が健康長寿につながることもある。その「やめどき」は、いつが適切ななのか。患者自身が知っておかなくてはならない情報は数多くある。

医者も把握しきれない

医師から処方された複数種類の薬が相互作用を引き起こして体調に異常をきたす——「多剤併用」が、世界中で問題となっている。16年にオランダの研究チームが発表した、心房細動の薬を常用する約1万8000人について調査した報告では、薬を合計6種類以上服用する患者は5種類以下の患者よりも脳卒中または全身性塞栓症の発症率が高かった。

国内でも、東大医学部付属病院の研究チームが65歳以上の約2400人を調査したところ、「1〜3剤服用」における有害事象（検査値の悪化など好ましくない症状のこと）の発症率は6.5%にとどまったが、「6〜7剤服用」では13.1%に倍増し、「10剤以上服用」では13.9%に達した。他にも、多剤併用の弊害を指摘する研究は数多く存在する。にもかかわらず、問題はなかなか解消されない。今年6月に厚生省が発表したガイドラインによれば、「5種類以上の薬を処方されている人」の割合は65〜74歳で27.2%、75〜84歳で36%、85歳以上になると47.3%にのぼる。

そうした事態が生じる理由については、都内のある内科医はこう話す。「初診の患者さんには、すでにどんな薬を服用しているかを問診で尋ねてから新しく処方する薬を決めますが、すでに複数の薬を服用

しているも、重ねて新しい薬を処方するケースがほとんど。患者が直面している症状の治療を優先すると、薬が増えるという現実がある。それぞれの薬が持つ「副作用」の問題もある。薬は、発売後に副作用が新たに判明すると、「医薬品添付文書」や「使用上の注意」に当該の副作用を随時追加しなければならない。最近の例でいえば、10月29日に厚生省は胃潰瘍などの治療に用いられる「タケキヤブ」の添付文書に、重大な副作用として〈汎血球減少、白血球減少〉を追記することを命じた。

「このように、日々膨大な種類の薬に副作用が追加されるため、追い切れている医師はほとんどいないのが現状です」（セルフケア薬局の薬剤師・長澤育弘氏）

多くの場合、患者の体にはつきりとした悪影響が表われるまで、医師が減薬を提案してくることはない。だからこそ、患者自身が薬の「やめどき」を把握しておく必要がある。どんなケースがあるのか。

判定基準① 副作用のサイン
その「めまい」「ふるろつき」「眩暈」は薬のせいかもしれない

高血圧の国内患者数は1010万人に達し、厚生省「国民健康・栄養調査」（17年）によれば、60代の35.

5つも、6つも薬を飲んでいられるあなた、
病院も医者も教えてくれない
続けていると別の重病に……

7%、70歳以上の51・7%が降圧剤を服用している。中でも使用頻度が高いのが「ARB」(アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬)だが、リスクもある。

「効きすぎによって血圧が下がりすぎてしまい、腎臓の血流が一気に低下すると腎障害を起こすリスクがある」といわれています。また血液にカリウムがたまりすぎて、不整脈を起こす怖れも指摘されます(長澤氏)

このタイプの降圧剤も「めまい・ふらつき」だ。腎機能が低下すると、毛細血管が集中する肺に水分がたまって空咳が出ることもあります。たんの絡みや喉の痛みがなく、ただ咳が出るようになったら要注意です。またARBが効きすぎて血圧が下がると脳や全身に血液が行き届かず、めまいやふらつきが生じるケースがあります(長澤氏)

同じ降圧剤でも「カルシウム拮抗薬」だと、別の「サイン」が表われる。



医者、薬剤師任せではいけない

みなどが出た場合には、服用を中止したほうがよいでしょう(長澤氏)

花粉症などに効く抗アレルギー薬は、鼻水や皮膚の赤み、かゆみなどの症状を緩和する。

「こちらは風邪薬と異なり、発症前の服用に予防効果が認められているため、処方薬なら花粉症のシーズン前から飲み始めるケースもあります。市販薬なら鼻水などの症状が始めてから対症療法的に服用することが大原則です。アレルギー症状を抑える一方で、服用すると副作用として眠気が生じる場合がある。特に、代謝能力が低下した高齢者だと酔酩に見舞われるケースもあります(長澤氏)

「注意すべきは、単に疲れ目に効くのではなく、「抗炎症」効果のある目薬です。結膜炎になったのに、「目が赤くなつてかゆくなくなったから」と抗炎症の目薬を使うと、免疫機能を弱めてか

「血管の収縮を抑えて血圧を下げる作用があるタイプの薬です。そのため、動悸、ほてり、浮腫(むくみ)などの副作用が生じるケースがあります。これらが出始めると薬が過剰に効いている可能性ががあります(長澤氏)

「血管の収縮を抑えて血圧を下げる作用があるタイプの薬です。そのため、動悸、ほてり、浮腫(むくみ)などの副作用が生じるケースがあります。これらが出始めると薬が過剰に効いている可能性ががあります(長澤氏)

「血管の収縮を抑えて血圧を下げる作用があるタイプの薬です。そのため、動悸、ほてり、浮腫(むくみ)などの副作用が生じるケースがあります。これらが出始めると薬が過剰に効いている可能性ががあります(長澤氏)

「血管の収縮を抑えて血圧を下げる作用があるタイプの薬です。そのため、動悸、ほてり、浮腫(むくみ)などの副作用が生じるケースがあります。これらが出始めると薬が過剰に効いている可能性ががあります(長澤氏)

判定基準② 市販薬のリスク 「予防のため」「念のため」その飲み方が健康を害する

処方薬より副作用が少なくとされる市販薬だが、医師の処方を受けない以上「飲むタイミング」は患者に委ねられる。

「飲むタイミング」は患者に委ねられる。風邪はひき始めに治したほうがよい」と、軽い症状

「飲むタイミング」は患者に委ねられる。風邪はひき始めに治したほうがよい」と、軽い症状

えって目の中の菌が増殖してしまう怖れがあります。かゆくなくなった目に抗炎症の目薬をさして症状が悪化したら、すぐ利用をやめて眼科を受診したほうがよい(長澤氏)

頭痛から歯痛まで使い勝手が良い、重宝しがちな痛み止め(鎮痛剤)だが、服用後に「胃の違和感」が出たら要注意だ。

判定基準③ 加齢による変化 「長く飲み続けている薬」でも年に1度は見直しを検討

生活習慣病の薬を中心に、高齢になるほど「長く飲み続けている薬」が増える。もちろんそれらの中には数値を安定させるため、いくつになっても飲み続ける必要のある薬もある。

生活習慣病の薬を中心に、高齢になるほど「長く飲み続けている薬」が増える。もちろんそれらの中には数値を安定させるため、いくつになっても飲み続ける必要のある薬もある。

生活習慣病の薬を中心に、高齢になるほど「長く飲み続けている薬」が増える。もちろんそれらの中には数値を安定させるため、いくつになっても飲み続ける必要のある薬もある。

「注意すべきは、単に疲れ目に効くのではなく、「抗炎症」効果のある目薬です。結膜炎になったのに、「目が赤くなつてかゆくなくなったから」と抗炎症の目薬を使うと、免疫機能を弱めてか

「注意すべきは、単に疲れ目に効くのではなく、「抗炎症」効果のある目薬です。結膜炎になったのに、「目が赤くなつてかゆくなくなったから」と抗炎症の目薬を使うと、免疫機能を弱めてか

「注意すべきは、単に疲れ目に効くのではなく、「抗炎症」効果のある目薬です。結膜炎になったのに、「目が赤くなつてかゆくなくなったから」と抗炎症の目薬を使うと、免疫機能を弱めてか

「繁栄の方程式が変わった」日本列島 再起動論 国家の衰退からいかに脱するか 大前研一

定価:本体1,500円+税 大好評発売中!!小学館

アイツを外せ!

朝ドラだけじゃない 役者と脚本家「怒りの降板事件簿」

禁断の「飲食店原価」調査／回転寿司で「エビ」を頼む客は「カモ」だった

ビートたけし「桜を見る会」をありがたがるヤツの気が知れねエよ

本誌 官能漫画「ラッキーな瞬間」が奇跡の実写化!



愛人願望 園部

密着プロ野球 トライアウト

ポピュラー

「俺、社会人野球でやり直したい」

2019 Nov. 11.29 定価 470円



謎の美乳ガールズ

令和皇室 のゆくえ

即位パレードと 大嘗祭を終えて

秋篠宮家の処遇」という難題

安倍内閣を支配す 権力&学歴コンプレックス」の正体

生活習慣が招く

がんがわかつた!

国立がん研究センター「日本人10万人調査」を初公開

薬の「やめどき」

病院も医者も 教えてくれない

死にたくなければ、知っておきましょう

「キーエンス」って、どんな会社?

佐藤浩市、三浦友和、水谷豊の意外と、地味な2世

私鉄沿線さんぽ

退職金「受け取り方の正解も変わります」

ヤクザと「老後」72歳「若頭」と68歳「鉄砲玉」の悲哀

家族に罹患者がいると 食道がん2.1倍 膀胱がん6.1倍

桜を見る会「中止も」大学入試「迷走も」ズル休み横綱・大関はいらぬ

追跡スクープ 梶山新経産相にも「県議に現ナマ6000万円バラ撒き」重大疑惑が噴出した

天皇にはならない「皇嗣」女性宮家議論と「主殿下」愛子天皇「決断のタイムリミット」

働きながら年金もらう? もっと得する第4弾 iDeCoが「ふるふ」年金の「復活」