

## ポリファーマシー～高齢者の多すぎる薬～

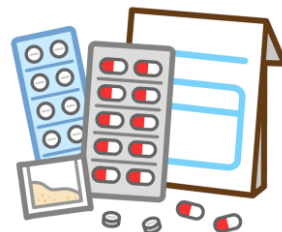
薬剤部 坂口 修治

「薬が多くて、ご飯の代わりになるくらいです。」患者さんから聞く言葉です。何種類もの薬を飲むだけで、お腹いっぱいになることを揶揄して、そのように言っているのだと思います。この言葉を聞くと、薬剤師は、「もしかしてポリファーマシー？」と考えます。最近注目されている言葉です。必要以上に薬を服用していませんか？厚生労働省はポリファーマシーの解消を推進すると発表しています。

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。特にふらつき・転倒は薬を5つ以上使う高齢者の4割以上に起きているという報告もあります。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。

厚生労働省ではポリファーマシー解消のため以下のように説明しています。

- ・ **自己判断で薬の使用を中断しない**  
「多すぎる薬は減らす」ことが大事ですが、「薬を使わなくていい」ということではありません。
- ・ **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は、薬が重複したり増え過ぎないように、医師や薬剤師に使っている薬を正確に伝えましょう。
- ・ **むやみに薬を欲しがらない**  
医療機関は病気や健康をみてもらうところで、薬をもらいに行くところではありません。
- ・ **若い頃と同じだと思わない**  
加齢とともに体の状態、薬の効き方が変化します。よって高齢者には高齢者に適した処方がされています。
- ・ **薬は優先順位を考えて最小限にかかりつけの医師に薬の量と数についてよく相談してみましよう。**



「ポリファーマシーの解消と言っても、なんだか難しそう」と思った方もいらっしゃると思います。そんな時は薬剤師に相談してみましよう。日本老年医学会は、薬剤師が介入したことで薬物有害事象が減少し、薬物療法の質が向上したとしています。かかりつけ薬局をもち、自分の病気と薬をすべて把握してもらうとよいでしょう。もしかしたら、それがポリファーマシー解消の第一歩になるかもしれません。

参考『高齢者の安全な薬物療法ガイドライン2015(日本老年医学会)』  
『高齢者の医薬品適正使用の指針-厚生省』



### 憲法記念日

- ・ ご飯
- ・ 肉団子の中華風煮物
- ・ サラダ
- ・ 菜の花の菜種和え



### 子どもの日

- ・ 散らし寿司
- ・ 花形豆腐と野菜の盛り合わせ
- ・ マカロニサラダ
- ・ カクテルゼリー



受付時間	初診 8:15~11:00			再診 8:15~11:30	
診療科 \ 曜日	月	火	水	木	金
内科 〔予約制〕	診療応援医師	休診	休診	休診	休診
内科(循環器) 〔予約制〕	休診	休診	休診	診療応援医師 13:30~	休診
内科(呼吸器) 〔予約制〕	診療応援医師 13:30~ 〔 6/8 〕	弘前大学 午前 〔 6/9, 6/23 〕	休診	休診	休診
人工透析センター 〔予約制〕	診療応援医師	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
消化器科 〔内視鏡検査 予約制〕	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師 〔 6/11, 6/25 〕	休診
外科	阿部	佐藤	阿部	佐藤	阿部
乳腺・甲状腺外来	休診	診療応援医師 〔 6/23 〕	休診	休診	休診
皮膚科	休診	弘前大学	診療応援医師 〔 6/3, 6/24 休診 〕	診療応援医師	弘前大学 〔 6/12 休診 〕
整形外科	関 杉村 櫻場 井上	杉村 渡辺 奥山 [9時~12時] 秋田大学	木戸 加茂 井上 千葉 [11時~13時]	関 櫻場 阿部	木戸 加茂 櫻場 渡辺
スポーツ外来	休診	休診	休診	関 [15時~16時]	関 [14時~16時]
骨粗鬆症・フレイル外来 〔予約制〕	休診	休診	休診	休診	11時~12時 〔 6/12, 6/26 〕
リウマチ外来 令和8年5月~開始	14時~15時 〔 6/1, 6/15 〕	14時~15時 〔 6/30 〕	休診	休診	休診
脳神経内科 〔予約制〕 受付13時~15時	休診	診療応援医師 〔 6/2, 6/16, 6/30 〕	休診	診療応援医師 〔 6/4 〕	休診
脳神経外科 〔予約制〕	休診	休診	休診	休診	診療応援医師 14時~16時 〔 6/12, 6/26 〕
泌尿器科 〔予約制〕	休診	休診	診療応援医師	休診	診療応援医師
耳鼻咽喉科	休診	休診	休診	秋田大学	休診
リハビリテーション科 〔予約制〕	千葉 [10時~] 秋田大学 [13時~]	千葉 [10時~]	千葉 [10時~]	千葉 [10時~]	千葉 [10時~]
歯科口腔外科 〔予約制〕	桑島	桑島	桑島	桑島	桑島

◎診療日等、都合により変更する場合は院内・HP上で事前にお知らせいたします。  
※内科・脳神経外科は新患は受け付けしていません。

~ (独) 労働者健康安全機構の理念 ~



「勤労者医療の充実」「勤労者の安全向上」「産業保健の強化」  
我が国の産業・経済の礎(いしずえ)を維持、発展させるとともに、勤労者一人ひとりの人生を支える大きな役割を担っています

独立行政法人労働者健康安全機構秋田労災病院

〒018-5604 秋田県大館市軽井沢字下岱30  
Tel.0186(52)3131 / Fax 0186(52)3137  
ホームページ <https://akitah.johas.go.jp>

◆ 診療科目 ◆

内科/消化器科/外科/整形外科/脳神経内科/脳神経外科/  
皮膚科/泌尿器科/眼科/耳鼻咽喉科/歯科口腔外科/  
リハビリテーション科/放射線科/麻酔科/健康診断部/  
勤労者脊椎・脊髄治療センター/治療就労両立支援部

