

## 山下循環器科内科ニュース第 183 号

2019 年 9 月 1 日発行（隔月発行）

ホームページ <http://yamashita.chobi.net/>

### ◎ポリファーマシーとは？

耳慣れない言葉ですが、ポリファーマシーとは、薬の多剤服用による危険性のことを言います。高齢者は複数の病気を抱えており、それぞれの病気に対する薬が 1 か所または複数の医療機関から処方されます。その結果、薬の副作用が出やすくなり、別の病気を引き起こすことさえある有害な現象が起こります。

例えば、ある人が 50 代で高血圧と高コレステロール血症を発病したとします。これにより、少なくとも 2 種類の薬が必要となります。さらに、糖尿病が併発しますと 1～3 種類の薬が追加されます。年がたつて、この人が心筋梗塞になったら、心臓病の薬や抗血小板薬（血液をさらさらにする薬）などが必要となります。このようにして、薬がどんどん増えていきます。さらに、腰痛や膝関節痛の薬、排尿異常の薬、不眠症や便秘の薬、年取って、認知症になりますと、認知症の進行を抑える薬も必要となります。

東大病院老年科の調査では入院 2412 名の患者さんの 6 割以上が、6 剤以上の薬を服用していたそうです。薬が増えると副作用もそれにつれて多くなりますが、たくさんの病気を抱える以上、簡単に減らすわけにはいかないのが実情です。しかし、薬の副作用ではないかと疑われた場合、その薬を減らすまたは中止することにより、副作用を軽くすることは可能です。注意していただきたいのは、副作用を心配するあまり、自己判断で薬を中止することです。副作用があっても、飲まないと命に係わることもあり、心配な時は医師や薬剤師に相談しましょう。

副作用の例では、「最近ふらつくようになった」と患者さんが訴えた場合、高血圧の薬が効きすぎたのではないかとと思われることがあります。特に夏場は血圧が皆さん低下傾向であり、こんな時は高血圧の薬を軽くすると、症状が良くなる場合があります。また、口が渇くと訴える方が多いのですが、薬で口渇が起きることは結構多いのです。この時は薬をやめるか、やめられない時は、理由を説明して継続していただくこともあります。

高齢になると、薬の分解や排せつを担う肝臓や腎臓の働きが鈍ります。そのため薬の代謝が落ちて副作用が出やすくなります。副作用に対して、新たな薬を上乗せすると、薬が増えて別の副作用が出やすくなるために、症状が副作用によるものか、真に病気によるものか見極めなければなりません。

多剤服用の対策としては、薬手帳の活用も大事です。複数の薬手帳を持つのはやめましょう。医師や薬剤師に必ず見せていただきたいと思います。薬手帳により、薬の重複がチェックできます。高齢者の糖尿病や高血圧治療は、最近のガイ

ラインでは、若い方に比べてやや緩くなっています。低血糖の防止や、過度の降圧でふらつきや腎障害をきたさないようにすることが目的です。薬が増えると、飲み残しが増えることも多いようです。残薬は必ず診察の時に申告していただき、調整してもらってください。(日本内科学雑誌 107 巻 12 号、日本老年学会ホームページを参照 理事長 山下賢治)

#### ◎がん検診を受けましょう

毎年 9 月はがん検診月です。現在の日本は、2 人に 1 人が一生のうちに何らかの「がん」にかかり 3 人に 1 人が「がん」で亡くなっています。「がん」は他人事ではなく、だれでもかかる可能性のある身近な病気なのです。

大分県のがん検診には

#### ○肺がん…胸のレントゲン

50 歳以上で喫煙指数(一日の本数×喫煙年数)が 600 以上は 3 日間の喀痰検査

#### ○胃がん…胃レントゲン (バリウム服用にて)

胃がんリスク…血液検査 (ピロリ菌抗体、ペプシノゲン)

#### ○大腸がん…便の潜血検査

#### ○前立腺がん…血液検査(PSA 値)

#### ○乳がん…超音波検査、マンモグラフィ

#### ○子宮頸がん…子宮頸部細胞採取 などがあります。

肺・胃・大腸がん検診は 1 年に 1 回、乳・子宮頸がん検診は 2 年に 1 回、定期的に受けましょう。なお、がん検診は職場が加入している医療保険で、受診機会のない方が対象で、

肺・胃・大腸がんは 40 歳以上、前立腺がんは 50 歳以上

乳がんは 30 歳以上の偶数年齢、子宮頸がんは 20 歳以上の偶数年齢

胃がんリスクは 40、45、50、55、60 歳の人となります。

がん検診は、「がん」の疑いがあるか、異常がないかを判定する検査です。

「がん」の疑いがあると判定された場合は医療機関での精密検査を指示されます。精密検査では、「がん」なのかどうかをより詳しく調べるもので、「がん」を早期発見し、早期に治療するためにとっても重要な検査ですので、必ず受診しましょう。当院でも、CT、エコー、胃カメラ、腫瘍「がん」マーカーの血液検査ができますので診察の際に医師に、ご相談ください。早期発見、早期治療により、「がん」と診断されても、現在では医療の進歩により「がん」は治る可能性の高い病気でもあります。また、異常なしと判定された場合でも定期的に、がん検診を受けましょう。

#### ◎人事

7月1日付入職 デイケア介護福祉士 小野 裕美 よろしく申し上げます。

7月31日付退職 デイケア介護員 桃下 富夫 お世話になりました。

◎お知らせ

今年 10 月から木曜日は午前、午後とも大家医師のみの診察となります。  
他の曜日の診療担当は今までの通りです。