

ポリファーマシーについて

みなさんは「ポリファーマシー」という言葉を耳にしたことがありますか？最近ではテレビでも取り上げられているため、聞いたことある方は多いかと思います。主に、高齢者の間で気を付ける必要がある「ポリファーマシー」について簡単にお話します。

そもそも「ポリファーマシー」ってなに？

ポリファーマシーとは、「多くの」を意味する「Poly」、”調剤”を意味する「Pharmacy」からなる造語です。多くの薬を服用することで副作用が起こりやすくなったり、きちんと服用するのが難しくなったりする状態をいいます。ここで大事なのは、単に薬の数が多いことが問題になるわけではないということです。そのため、何種類以上の薬を服用していたらポリファーマシーに当てはまるというような細かな定義はありません。



現在、75以上の高齢者の4割が5種類以上の薬を使用していると言われています。もちろん、一人一人の病態に応じて、いくつかの薬を併用しなければならない場合もあります。そのため、ポリファーマシーの是正に際しては、薬の種類や数だけに着目するのではなく、安全性の確保等からみた薬の適切な使用が求められます。

ポリファーマシーの問題点って、具体的にはどんなこと？

① 薬による副作用の発生

薬は疾患の治療や症状緩和など、良い作用がある一方で、よくない作用(副作用)があらわれる可能性もあります。そして、副作用は服用する薬剤数に

ほぼ比例して増加し、特に6種類以上の場合にその頻度が増加しやすいというデータもあります。

② 服薬アドヒアランスの低下

服薬アドヒアランスとは、患者さんが積極的に治療方針の決定に参加し、その決定に従ってきちんと薬を服用することをいいます。しかし、薬剤数が増えると、薬を飲み忘れてしまったり、飲み忘れに気付かなかったりする事も少なくありません。また、1日の服用回数が多いことでも、アドヒアランスの低下が起こり得ます。

③ 同効薬の重複

高齢者は、様々な疾患を合併することが多くなり、いくつかのクリニックや病院に通院されることも多いかと思えます。そうした際に注意しなければならないのが、同じような薬効の薬（同効薬）を複数の医療機関から処方されること（重複処方）です。あえて複数の同効薬を組み合わせることもありますが、意図せずに同効薬が複数となることもありますので、どのような目的で薬を服用しているのかを知っておくことが大事になってきます。

薬の適正化をするために、できることは？

どのような薬を服用しているかを知るための簡単な方法は「お薬手帳」の活用です。お薬手帳には、通常、手帳の所有者に関する基本情報、アレルギー・副作用歴の有無、過去の病歴、かかりつけ医・薬局、処方された薬の名前と簡単な説明や用量用法などを記載することになっています。ぜひ、お薬手帳を作り、携帯いただくことをお勧めします。

なお、薬が多いからと言って決して自己判断で薬を調節しないようにしてください。まずは、医療機関にてご相談いただければと思います。