

もっと広がる ◆クスリの世界

高齢者の服薬に潜むリスク

「人生100年時代」といわれるように、私たちはこれまでにない長寿社会を迎えています。その長寿を支える医療の中で、近ごろ特に注目されているのが「ポリファーマシー」の問題です。

ポリファーマシーという言葉をご存じでしょうか？ ポリファーマシーとは「複数」を意味する“poly”と「薬学や薬局」を意味する“pharmacy”を組

薬を減らす選択も

み合わせた造語です。これは単に薬の数が多というだけでなく、飲み間違いや副作用のリスクが高まり、服薬の継続が難しくなるといった問題を含んでいます。

高齢者は複数の疾患を抱えていることが多く、その分だけ処方される薬の種類も増える傾向があります。厚生労働省などの調査によると、70歳以上の高齢者のうち、5種類以上の薬を服用している人は40%を超えています。また、加齢に伴って体の機能が衰えると、薬を分解する肝臓や、体外に排出する腎臓の働きも弱まります。その結果、薬が体内に長く残りやすくなり、副作用のリスクがさらに

高まります。

こうした影響により、かえって体調が悪化してしまうこともあります。高齢者に多く見られる副作用の一つに「ふらつき・転倒」があります。ある研究では、5種類以上の薬を服用している高齢者は、転倒のリスクが4.5倍に高まると報告されています。高齢になると骨がもろくなるので、転倒が骨折や寝たきりにつながる可能性があります。さらに、それがきっかけで認知症を発症するケースもあります。

このような背景から、最近では、薬を見直し、不要な薬を減らす「減薬（deprescribing）」が注目されています。も

ろろん、自己判断で薬をやめるのは危険ですが、現在の病状に合わせて、薬の数を整理することは大切です。実際、定期的に薬の総点検を行うことで、副作用が減ることも分かっています。

多くの薬を服用している高齢者にとって、不必要な薬を見直し、必要最小限の薬で病状を管理することが、「新たな健康の一步」となるかもしれません。まずは、お薬手帳を持って薬剤師や医師に相談してみましょう。

（辻 大樹・県薬剤師会常務理事、県立大薬学部教授）

<毎月第4火曜日に掲載>