

薬のこと まるわかり ～意外と知らない薬の知識～

【監修】

昭和医科大学 薬学部
客員教授 倉田なおみ 先生

内容

- ◆ 薬とは
- ◆ 薬の正しい使い方
- ◆ 薬の正しい保管方法
- ◆ 薬の形状と剤形
- ◆ 薬の飲み合わせと食べ合わせ
- ◆ 調剤薬局で薬を受け取るまで
- ◆ ジェネリック医薬品について
- ◆ 薬の副作用について
- ◆ ポリファーマシー



内容

◆ 薬とは

✓ 薬にはどんな種類がありますか？



薬にはどんな種類がありますか？

薬は下記のように分類されます。

① 医療用医薬品

患者さんの症状や体質に合わせて医師が処方する薬です。

② 要指導医薬品

患者さんが自分の症状に合わせて薬局で買える薬です。OTC医薬品、市販薬、大衆薬ともいいます。

③ 一般用医薬品

- ✓ 第一類医薬品
- ✓ 第二類医薬品
- ✓ 第三類医薬品

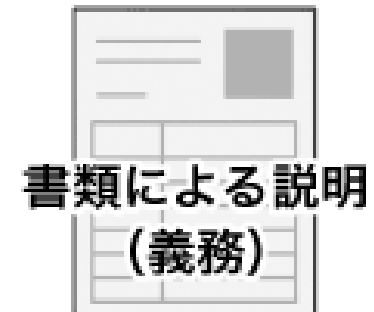
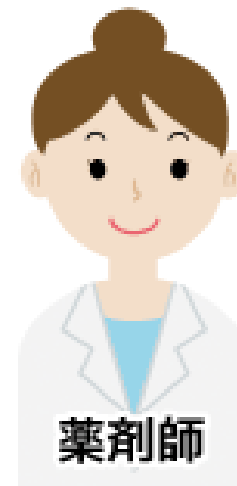
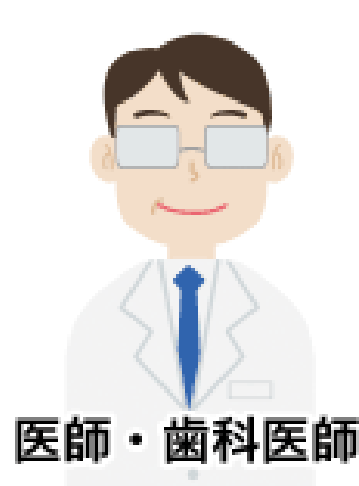


医療医薬品について

医療用医薬品は、**医師が患者さん一人ひとりの病気や症状、体質などに合わせて処方箋を出し、処方箋に基づいて薬剤師が調剤する薬**です。

高い効き目が期待できる反面、副作用が出る恐れもあるため、**医師や薬剤師の指導が必要な薬**です。

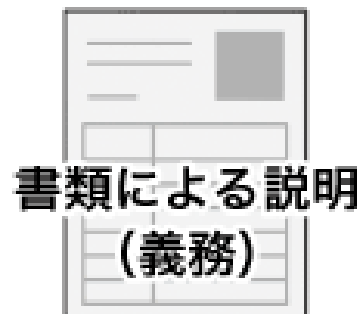
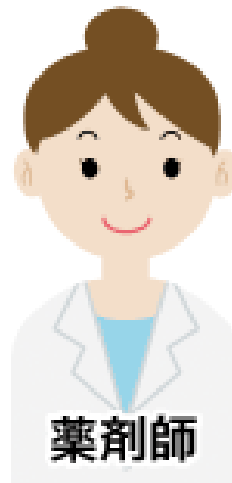
対応できる
専門家



要指導医薬品について

要指導医薬品は、医療用医薬品から一般用医薬品になって間もないもので、副作用のようなリスクが不確定なため、**薬剤師の説明を聞かなければ買えません。**
インターネットなどでの販売は禁止されています。
薬の例：一部のアレルギー薬、解熱鎮痛薬など

対応できる
専門家



一般用医薬品について

一般用医薬品は、下記の3つの分類されます。
それぞれリスクに応じた分類となっています。

① 第一類医薬品

② 第二類医薬品

③ 第三類医薬品



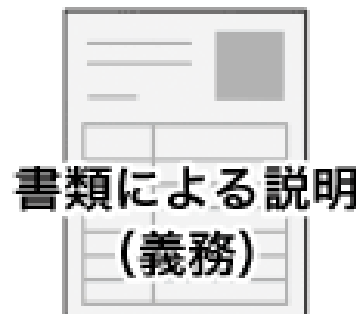
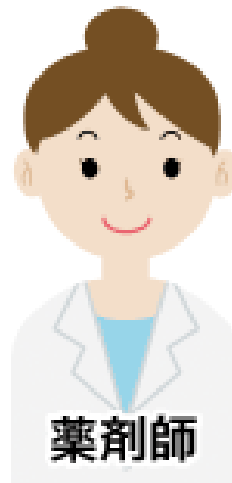
一般用医薬品について～第一類医薬品～

1 第一類医薬品

一般用医薬品として使用実績が少ないものや、副作用・飲み合わせなどで、安全性上、特に注意が必要です。
薬剤師の説明を聞かないと買えません。

薬の例：一部の解熱鎮痛剤や毛髪剤など

対応できる
専門家



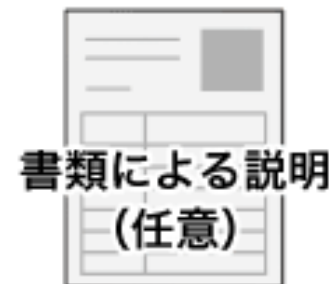
一般用医薬品について～第二類医薬品～

2 第二類医薬品

副作用・飲み合わせなどで安全性上の注意があるものです。
薬剤師または講習を受けた登録販売者が対応できます。
患者さんへの説明は「努力義務」となっています。

薬の例：主なかぜ薬、解熱鎮痛剤など

対応できる
専門家



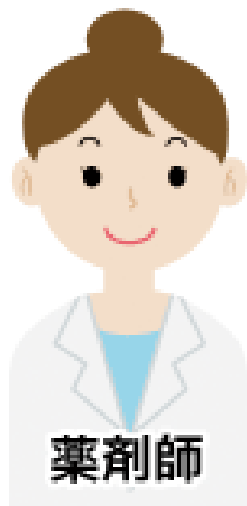
一般用医薬品について～第三類医薬品～

3 第三類医薬品

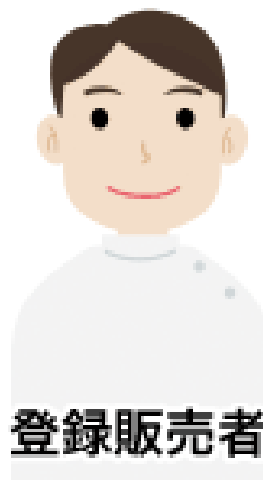
副作用などで安全性上、多少の注意を必要とするものです。
薬剤師または講習を受けた登録販売者が対応できます。
患者さんへの説明は特にいらないとされています。

薬の例：一部のビタミン剤、整腸剤や消化剤など

対応できる
専門家



薬剤師



登録販売者

内容

◆ 薬の正しい使い方

- ✓ 「食前」「食間」「食後」など、薬を飲むタイミングが違うのはなぜですか？
- ✓ 薬はどれぐらいの量の水で飲めばよいでしょう
- ✓ 薬は水以外の飲み物で服用してもよいでしょうか？
- ✓ もし、薬を飲み忘れた時にはどうすればよいでしょうか？
- ✓ 食事を抜いた場合の服用の仕方はどのようにすればよいでしょうか？
- ✓ 病院やクリニックで処方してもらった薬を、同じような症状がある人にあげたり、もらったりしても良いですか？
- ✓ お薬を飲み忘れていませんか？

薬を飲む時に注意していただきたいこと



「食前」「食間」「食後」など、薬を飲むタイミングが違うのはなぜですか？

薬によって飲むタイミングが違うのは、**病気の状況に合わせて一番効果のでやすいタイミングに飲む等、薬の性質と飲むタイミングの間に密接な関係があるためです。**

薬はそれぞれ決められたタイミングで飲まないとも効果が弱まったり、副作用が出やすくなったりします。



● 食前

食事の20～30分前で、胃の中に食べ物が入っていない時です。

食事による血糖上昇を抑えるための薬、胃の粘膜に接して効果を出す薬や、食事の前に胃の働きをよくする薬、胃に食べ物が入っていないほうが吸収や効果が良い薬などは食前に飲みます。

● 食後

食事の後30分以内で、胃の中に食べ物が入っている時です。

特に指示がなければ薬は通常食後に飲みます。

食物の消化を助けて胃もたれなどを防ぐ薬、食べ物と一緒にないと吸収されない薬、胃粘膜を刺激するため胃腸障害を起こしやすい薬などは必ず食後に飲む必要があります。

● 食間

食事の2時間後が目安で、胃の中に食べ物が入っていない時ですが、

次の食事まで時間が空いているところが「食前」とは違います。

食事と食事の間のことであり、食事の最中ではない点にご注意ください。

直接胃の粘膜に接して効果を表す薬や、胃に食べ物がないほうが吸収や効果が良い薬などは食間に飲みます。

● 就寝前

就寝する30分ぐらい前に飲みます。

寝ている間に効果が出る薬、睡眠を改善する薬、飲むと眠くなる薬などは就寝前に飲みます。

睡眠を改善するための薬を飲んでも起きていると効果が現れないことがあります。薬を飲んだら床に入るようにしましょう。

● 頓服

「1日1回」や「毎食後」など、決められた時に飲むのではなく、発作時や症状のひどい時など、必要に応じて飲みます。



薬はどれぐらいの量の水で飲めばよいでしょう

薬は**1回の服用にコップ一杯（180～200cc）の水**か**ぬるま湯**で飲むのが一般的です。

- 水の量が少ないと、薬が食道に張り付いて炎症などを起こすことがあります。また、水なしで飲むと薬が壊れにくくなり、薬の効き目が遅くなったり低下することがあります。
- 薬は水と一緒に飲むことで胃の中で壊れて、吸収されやすくなりますので、できるだけ水（ぬるま湯）で飲むようにしましょう。
- 口腔内崩壊錠（唾液だけでも飲める薬）も、口腔内からは吸収されないので胃の中へ落とし込む必要があります。服用後には水を飲むようにしましょう。？
- ただし水分を摂り過ぎないように指示されている場合は医師の指示に従って飲んでください。



薬は水以外の飲み物で服用してもよいでしょうか？

水以外の飲み物で飲むと、薬の効果に影響が出たり、副作用が出やすくなることがあります。

ジュースや牛乳などで服用すると、薬によっては効き目などが変化してしまう可能性があります。



- **グレープフルーツジュース**に含まれる成分が、薬の代謝に影響を与え、薬物の血液中の濃度（血中濃度）を上昇させてしまうことがあります。そうすると、薬によっては血圧が下がりすぎたり、頭痛、めまいなどの症状を引き起こすことがあります。
- **アルコール飲料**で飲むことも薬の作用に影響を与えたり、副作用が起こりやすくなる危険性があります。薬は水で飲むように心がけましょう。
- 以前はお茶での服用はよくないと言われていた時期もありましたが、最近は問題ないと言われています。しかし、玉露のような濃いお茶は避けるべきです。



もし、薬を飲み忘れた時にはどうすればよいのでしょうか？

決められた時間からそれほど経たないうちに飲み忘れに気づいた場合は、その時点で飲んでください。

ただし次に飲む時間が近い場合は、1回分を抜いてその次から決められた時間に飲みます。

2回分をまとめて一度に飲まないようにしましょう。



薬は血液中の濃度が一定以上にならないと効果を発揮しません。

1回に飲む薬の量や1日に飲む回数が決められているのは、血液中の濃度（血中濃度）を最適にするためです。

飲む量を勝手に増やすことは危険ですのでやめてください。

2回分を一度に飲むと、血中濃度が必要以上に高くなってしまい、薬が効きすぎて副作用を引き起こすおそれがあります。



飲む間隔については、かぜ薬などは毎食後を基本としています。

明確な時間の決まりはありませんが、1日3回の薬は飲む間隔を4時間以上、1日2回は6～8時間あけます。鼻炎薬や頭痛薬など、必要な時だけ飲む頓服薬でも飲む間隔をあけることが必要です。

なお、薬の種類によって開ける間隔や飲み忘れた時の対応が異なりますので、薬を受け取る際に医師、薬剤師に確認しておくようにしましょう。



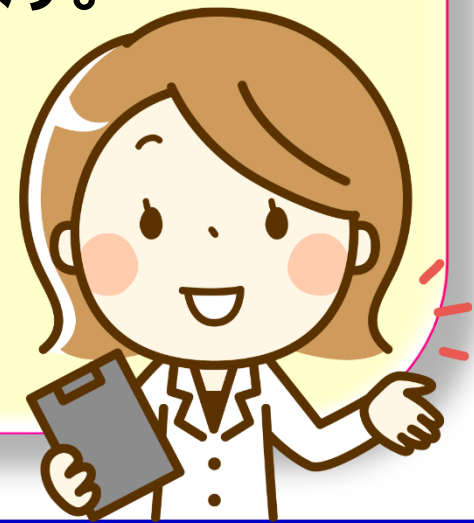
食事を抜いた場合の服用の仕方はどのようにすればよいでしょうか？

仕事の都合などにより、1日3食食べるライフサイクルでない場合もあります。

朝食はいつも食べない等がありましたら、薬を飲む時間について薬剤師に相談しておきましょう。

食事を食べずに薬を飲むと、胃の粘膜を荒らしたり、薬が吸収されなかったり、低血糖を起こしたりすることがあります。

薬の種類によって対応が異なりますので、食事を抜いた時の対処法は事前に薬剤師に確認をしておきましょう。



病院やクリニックで処方してもらった薬を、同じような症状がある人にあげたり、もらったりしても良いですか？

症状が似ていても、その原因は様々です。

また、医療機関で処方された薬（医療用医薬品）は、医師がその人の病気、症状、体質、年齢などを考えて処方したものです。

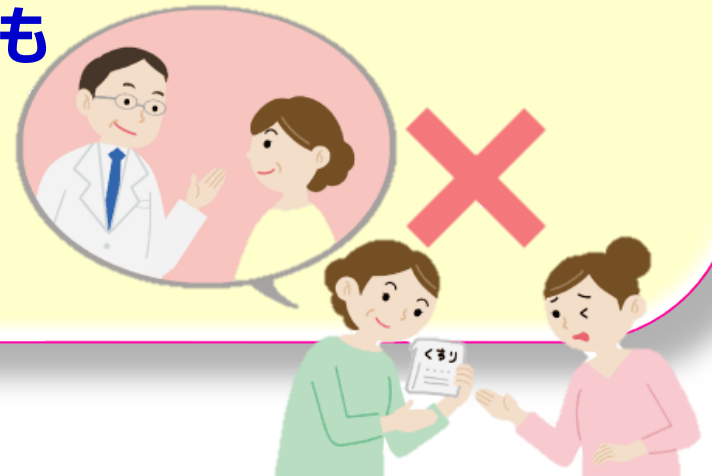
ですから、ほかの人が飲んでも、病気、症状、体質、年齢などに合わず、効かないだけでなく副作用などが出るおそれもあります。

症状が似ているからといって、医師に処方してもらった薬を絶対に人にあげないでください。

人からもらった医療用医薬品も飲まないようにしてください。

貼り薬（パップ剤、テープ剤）や軟膏等も同様です。

医師や薬剤師の指示に従い、患部に貼付してください。



お薬を飲み忘れていませんか？

毎日飲むお薬をたまに飲み忘れてしまうことや病院を受診する間隔によって薬が余ることは、誰にでもあり得ることです。この余った薬のことを「**残薬**（ざんやく）」といいます。

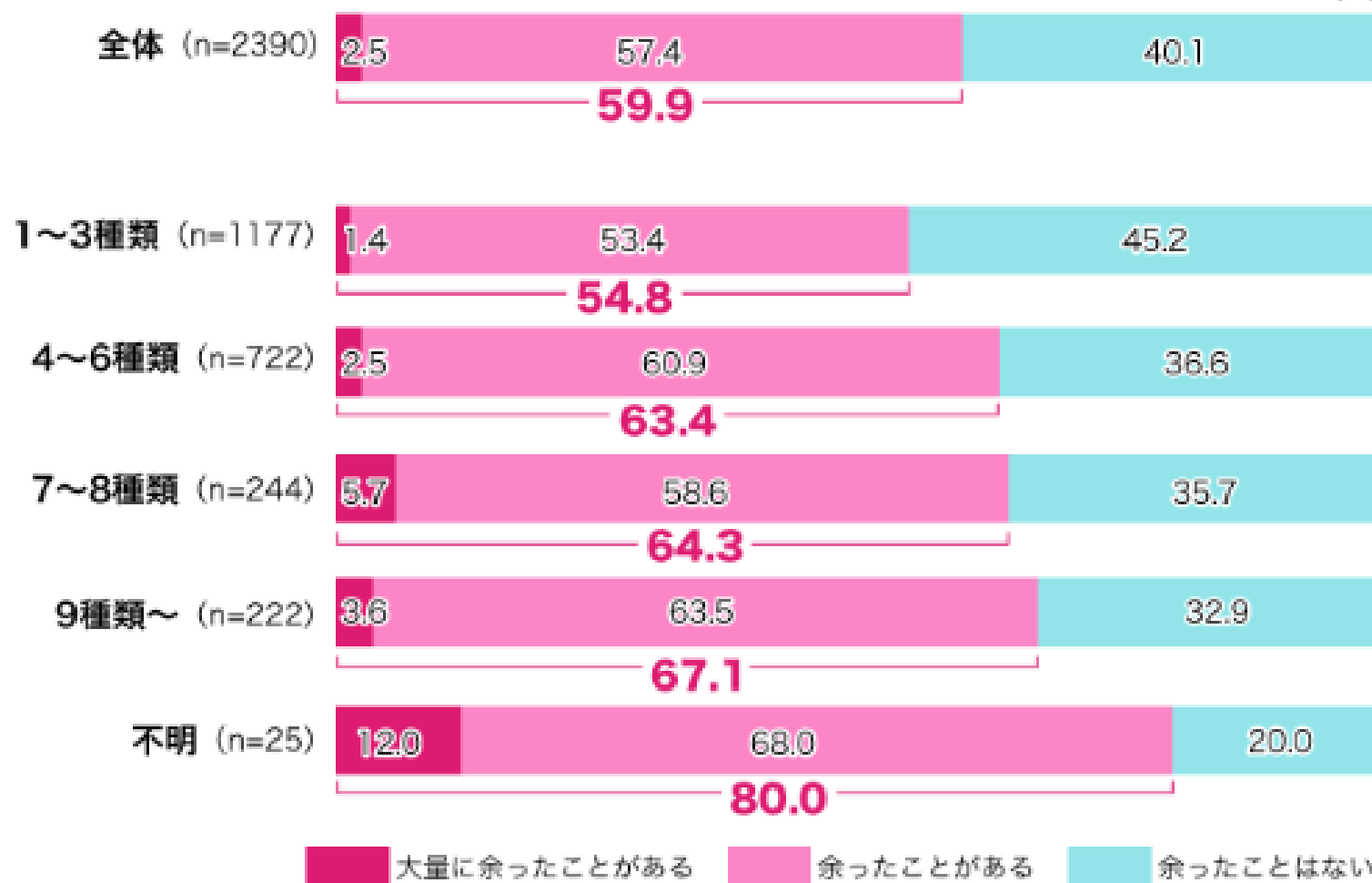
一般的に、服用する薬の種類が多いほど、薬の飲み忘れが増える傾向にあることがわかっています。

飲み忘れをしていない場合でも、入院した際に病院で新しく出されたお薬を家に持って帰ると、入院する前までに飲んでいたお薬は残薬になってしまいます。



服用薬剤の残薬状況（種類別）

※患者調査
(%)



平成27年度厚生労働省保険局医療課委託調査「薬局の機能に係る実態調査」より抜粋。図表を加工して作成。

飲み忘れたお薬がある場合、薬局に相談してみましょう。
薬剤師が、「本来もらうべき薬の数」から「余っている薬の数」を引き算（**残薬調節**）して、お薬を整理してくれます。患者さんにとっても、お薬代が安くなり、医療費の節約を行うことができます。

また、普段飲んでいない薬が置きっぱなしになっていると、小さいお子さんが間違って飲む危険があります。子どもの誤飲事故の割合では、タバコに次いで、医薬品の誤飲も多いのです。



残薬調節には多少時間がかかる場合があります。

また、残薬の調節は医師に連絡して行います。

医師にお薬を飲めていないことを伝えると、医師が怒るのではないかと不安に思う方もいるかもしれませんが、残薬がないのは珍しいことです。

薬の飲み忘れが続いたり、自己判断で薬の服用を中止すると、症状が悪化してしまうこともありますので、お薬が家に余っている場合には、医師や薬剤師に相談してみましょう。

<医薬品が余った経験の有無>

※患者調査
(%)



平成25年度厚生労働省保険局医療課委託調査「薬局の機能に係る実態調査」より抜粋。図表を加工して作成。

内容

◆ 薬の正しい保管方法

- ✓ 薬はどのようにして保管すれば良いのでしょうか？
- ✓ 薬を捨てる時はどうすればよいですか？

薬は正しく使うだけでなく、正しく保管することも大切です



薬はどのようにして保管すれば良いのでしょうか？

注意点

- 1 子どもの手の届かないところに保管する
- 2 高温、湿気、日光を避ける
- 3 薬以外のもの（農薬、殺虫・防虫剤やお菓子、飴類）と区別して保管する
- 4 外箱や袋、薬の説明書は大切に保管する
- 5 古い薬は捨てる

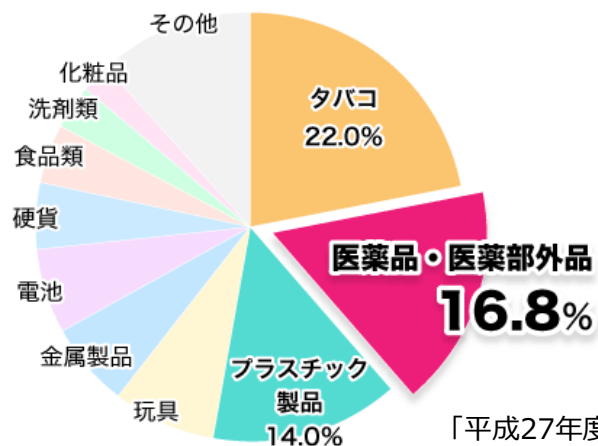
子どもの手の届かないところに保管する

子どもが誤って飲まないよう、子どもの手の届かないところに保管しましょう。

もし、お子さんが薬を間違えて飲んでしまった時には、状態や薬の名前、飲んだ量を確認したうえでお近くの医療機関に連絡し、必要に応じて受診してください。

万一、意識がない時にはすぐに救急車を呼んでください。

＜家庭用品などによる子どもの誤飲事故の割合＞

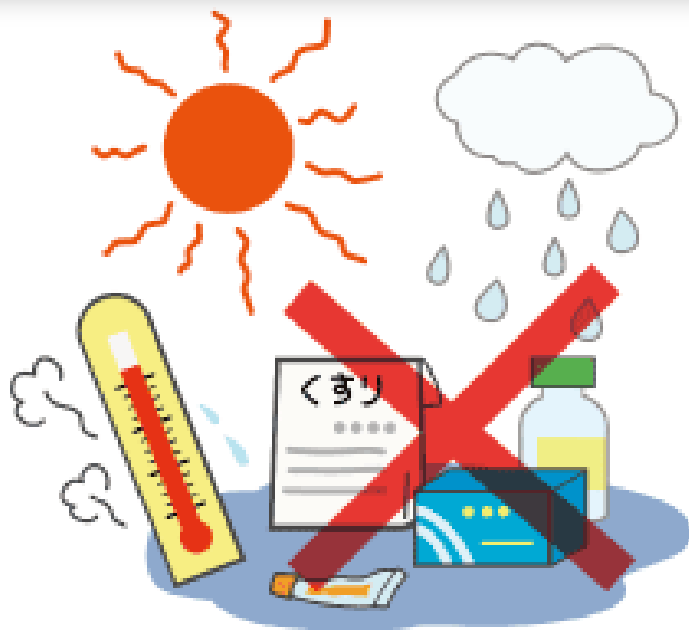


「平成27年度 家庭用品等に係る健康被害病院モニター報告」（厚生労働省）より抜粋。表を加工して作成。

高温、湿気、日光を避ける

薬によっては、温度、湿度、光に不安定な場合がありますので、**直接日光のあたる場所、高温になる場所、湿気の多い場所を避けましょう。**

車の中に置くのも良くありません。



注意点③

薬以外のもの（農薬、殺虫・防虫剤やお菓子、飴類）と
区別して保管する

農薬、殺虫剤、防虫剤などと一緒に保管して、誤って飲むと
非常に危険です。お菓子や飴類との保管も同様です。
また、お菓子や飴類の容器に保管しておくことは子供の誤
飲につながる可能性があるため、避けましょう。



外箱や袋、薬の説明書は大切に保管する

一般用医薬品は、外箱や説明書はすぐに捨てずに薬を使い切るまで保管しておきましょう。

薬と一緒に入っている説明文書などは、いつでも確認できるようにとっておくことが大切です。

医療用医薬品は、医師や薬剤師の指示に従いましょう。



古い薬は捨てる

お薬が残ってしまった場合などは、医師や薬剤師に相談しましょう。
一般用医薬品は、外箱やボトルに記載されている有効期限・使用期限を定期的に確認しましょう。
古くなった薬は、成分の変質などが起きているおそれがあります。
有効期限・使用期限が切れていたり、見た目に異常があったりする薬は使わないようにしましょう。



薬を捨てる時はどうすればよいですか？

薬の容器や包装は、お住いの自治体の分別方法に従って廃棄してください。

- 薬を捨てる時には、容器から取り出し、錠剤や塗り薬は封筒に包んで捨てます。
- 有効期限を過ぎた薬は惜しまずに捨てましょう。
- 特に目薬やシロップ剤は雑菌やカビが混入すると、薬剤の水分や糖分によってどんどん繁殖して増えることもありますので、長く使用しなかった場合は廃棄しましょう。

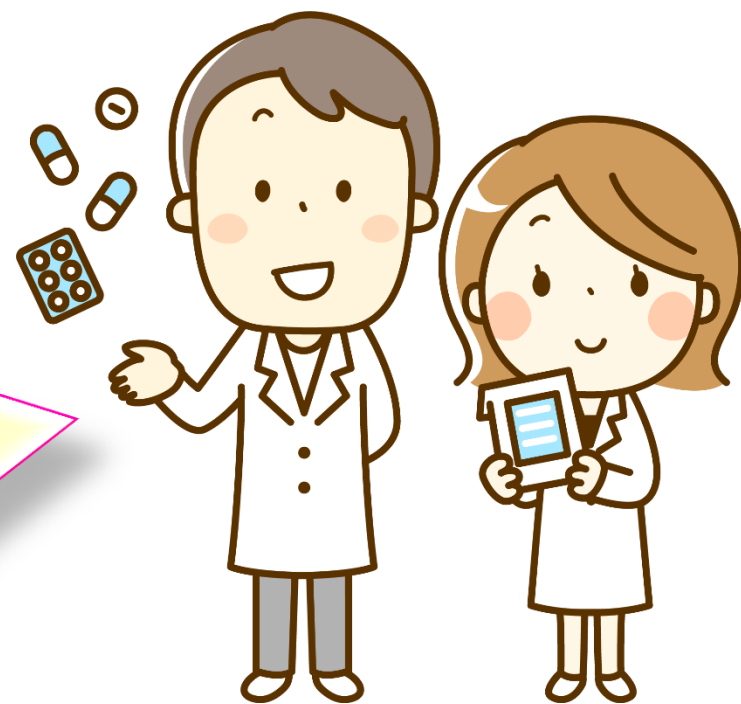


内容

◆ 薬の形状と剤形

- ✓ 内服剤の種類と特徴について教えてください
- ✓ 外用剤の種類と特徴について教えてください

効果が発揮しやすいようにするために、薬にはいろいろな種類があります。薬はからだに入る経路によって、**口から飲む内服剤、からだの外側から作用させる外用剤、そして筋肉、血管内に直接入れる注射剤の3種類に大きく分かります。**



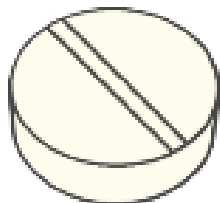
内服剤の種類と特徴について教えてください

内服剤には錠剤、カプセル剤、散剤・顆粒剤、内服液剤・シロップ剤があります。

- 錠剤やカプセル剤は、味の悪い薬や匂いの強い薬を飲みやすくするという利点があります。
- からだの中で成分がゆっくり出るようにすることで効果が長く続くように工夫された徐放性製剤や胃では溶けずに腸で溶けて効果を発揮する腸溶性製剤などもあります。



錠剤

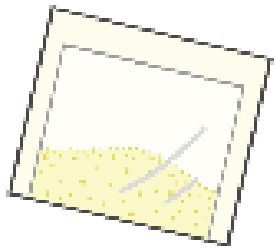


成分と添加物を混合して、圧縮して固めた固形状の薬です。表面を糖分でコートした**糖衣錠**や薄いフィルムをコートした**フィルムコーティング錠**があります。**唾液だけで服用できる口腔内崩壊錠（OD錠）**は新しい剤形として普及しつつあります。

カプセル剤



ゼラチンなどで作ったカプセルに薬を充填した薬です。顆粒や粉薬などを詰めた**硬いカプセル剤**と液体などを詰めた**軟カプセル**などがあります。



散剤・顆粒剤

散剤は**粉末状**、顆粒剤は**粒状の薬**です。むせるなどしてうまく飲めない場合には、**オブラートで包むとよい**でしょう。

内服液剤・シロップ剤



内服液剤は**薬の成分を精製水などに溶かして作られた薬**です。シロップ剤は、**内服液剤に糖類や甘味料を加えて飲みやすくしたもの**です。このほか飲む前に水などに溶かして使用する**ドライシロップ**があります。内服液剤は、1 瓶を 1 回で飲むものもありますが、何回分かの液剤が入った容器から、飲む人がスポイトなどを使って自分で 1 回分を量って飲むタイプのものもあります。

外用剤の種類と特徴について教えてください

外用剤は、**皮膚や粘膜に直接塗ったり貼ったりして使う薬**です。外用剤には**軟膏・クリーム剤・外用液剤、点眼剤、点鼻剤、坐剤、貼付剤、吸入剤**があります。

坐剤、吸入剤は体の中に入れますが、粘膜から薬の成分が吸収されるため外用剤に分類されています。





軟膏・クリーム剤・外用液剤

皮膚の表面に塗る薬です。患部の状態や使用感に合わせて使い分けます。



点眼剤

いわゆる**目薬**です。そのまま点眼できるものや、点眼する前によく振る必要があるものもあります。



点鼻剤

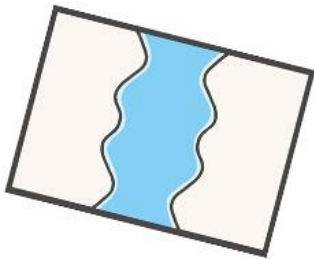
鼻の穴に容器の先端を直接入れ、**薬を鼻粘膜に噴霧する薬**です。鼻炎薬としてよく利用されている剤形です。鼻をかんでから使います。使用後は先端をきれいにふいてからキャップをします。

坐剤



肛門から挿入する薬で、肛門内で溶けて成分を放出します。痔の薬や解熱鎮痛剤などがあります。坐剤が「入れにくい」「出てくる」という場合は、先端部を体温で温めて滑りをよくしてから、指で薬を押し込んでください。坐剤は患部に挿入しやすいように先端部がとがっています。**温度が高い場所で保管すると、変形することがあるので注意してください。**

貼付剤



皮膚に貼って使う薬です。貼った局所に効果を発揮させるものや、薬の成分を皮膚から浸透させて血中に成分が入り、全身性に効果を発揮するものがあります。しわが寄らないように貼り付けます。汗などの水分があるときははがれやすくなるため、**貼る場所をよくふいてから貼ります。**

内容

◆ 薬の飲み合わせと食べ合わせ

- ✓ 医療用医薬品とOTC医薬品（一般用医薬品）の飲み合わせにはどのようなものがありますか？
- ✓ 医薬品と食物の食べ合わせで薬の効果が変わることはありますか？

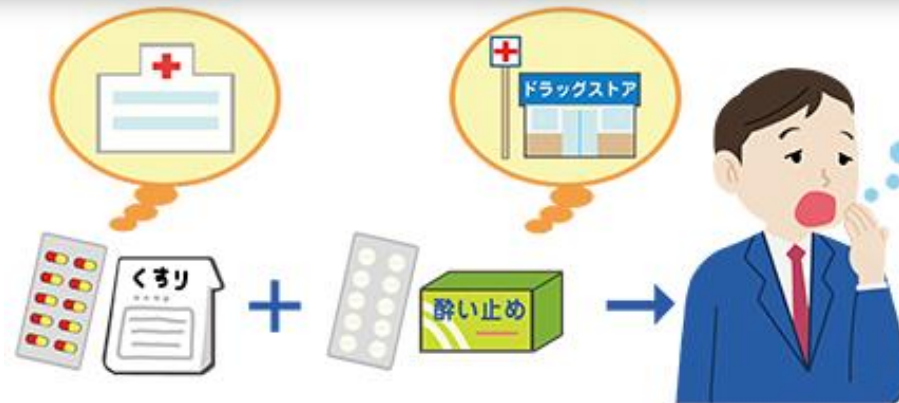
薬と薬、薬と飲み物や食べ物との組み合わせによっては、薬の効果が弱まったり、強まったり、副作用が強く出たりすることがあり、注意が必要です。



医療用医薬品とOTC医薬品（一般用医薬品）の飲み合わせにはどのようなものがありますか？

病院やクリニックで処方される医療用医薬品と処方箋なしで買えるOTC医薬品の間にも、注意いただきたい飲み合わせがあります。

医療用医薬品を飲んでいるときにさらにOTCを飲む場合などには、医師や薬剤師に相談してください。



注意いただきたい主な医療用医薬品と OTC医薬品の飲み合わせの例

- **内服薬の痛み止め（医療用医薬品）と総合かぜ薬・解熱鎮痛薬（OTC医薬品）**
解熱鎮痛成分が重なるので、効き過ぎや副作用が出やすくなります。
- **内服薬のアレルギー用薬（医療用医薬品）と総合かぜ薬・鼻炎薬・せき止め薬・乗り物酔い薬（OTC医薬品）**
抗ヒスタミン薬など、眠気をもよおす成分が重なり、副作用で眠気が強く出やすくなります。
- **向精神薬（医療用医薬品）と総合かぜ薬・鼻炎薬・乗り物酔い薬（OTC医薬品）**
副作用で眠気が重なり、強く出ることがあります。



医薬品と食物の食べ合わせで薬の効果が変わることはありますか？

薬と薬の飲み合わせと同様、薬と食事でも組み合わせによっては、薬の効果が弱くなったり、強くなったり、副作用が強く出たりすることがあります。

1 食事によって薬の吸収が変化する場合

2 薬と食べ物の相互作用が起きる場合



食事によって薬の吸収が変化する場合

1

食事によって分泌される胃酸などの消化液が薬の吸収を高くすることがあります。アルカリ性の薬は、胃酸に触れると溶けるのが速くなります。

2

ベーコン、卵、バターなど脂肪の多い食物（高脂肪食）を食べると、胆汁が多く分泌されて、薬の吸収を高めることがあります。

3

食物が消化管に入ると消化管の動きが活発になるため、固形の薬は崩れやすく溶けやすくなります。

4

タンパク質を多く含む食物を食べると、胃腸や肝臓に流れる血の量が増えて、薬によって吸収が高められたり、タンパク質の中のアミノ酸が薬の吸収を妨げることもあります。

薬と食べ物の相互作用が起きる場合

- 1** ビタミンKには血液を固まりやすくする作用があります。血栓ができやすい人の薬である**抗凝固薬**には、**ビタミンKの働きを妨げることで血を固まりにくくする効き目を現す薬剤**があります。ですから、**ビタミンKを多く含む食物を食べ過ぎると抗凝固薬の効き目が弱くなる恐れがあります**。特に、**納豆**に含まれる納豆菌はからだの中でもビタミンKを作り出すので、抗凝固薬の効き目を妨げる作用が強いとされています。そのほか**ビタミンKを多く含む食物**には、**クロレラ、青汁やキャベツ・ブロッコリー・レタスなどの緑葉野菜**などがあります。
- 2** 減塩すると**血圧の薬**の一種である**サイアザイド系利尿降圧剤**の作用が高まり、**高血圧の治療効果が一層良くなる**といったことも知られています。
- 3** **テトラサイクリン系の抗生物質**は、**食物のカルシウム（特に乳製品）と結合し吸収されなくなります**。

内容

◆ 調剤薬局で薬を受け取るまで

- ✓ 処方箋にはどのようなことが書いてあるのでしょうか？
- ✓ 薬を受け取るまでの流れを教えてください
- ✓ お薬手帳はどのように使えばよいのでしょうか？
- ✓ かかりつけ薬局とは何ですか？
どう利用すればよいのでしょうか？



処方箋にはどのようなことが書いてあるのでしょうか？

処方箋は、薬の名前や用量・服用方法が記載してあるもので、医療機関より受診後に発行されます。

また、処方箋の有効期限は発行日を含めて4日間（日曜日や祝日を含む）です。有効期限を過ぎた場合、医療機関で再発行する必要があります。再発行には健康保険が適用されないため、費用は全額自己負担になります。処方箋を受け取ったら、早めに調剤薬局に持っていきましょう。

公費負担者番号		保険者番号										
公費負担医療の 受給者番号		被保険者証・被保険 者手帳の記号・番号										(枝番)

患 者 の 情 報	氏 名		保険医療機関の 所在地及び名称										(枝番)		
	生年月日														
	性 別		電 話 番 号										保 険 医 生 会		
	区 分		保 険 医 生 会												
被保険者		被扶養者										都道府県番号		支店番号	診療科目 コード
交付年月日		令和 年 月 日		利用開始 の使用期間		令和 年 月 日		特に記載のある場合は を添付し、国又は市町村 庁又はその指定医療 機関に提出すること。							

医 療 方 法 の 情 報	変更不可 (国庫等必要)		患者希望		個々の処方箋について、医療上の必要性があるため、後発医薬品（ジェネリック医薬品） への変更を申し出る必要があると判断した場合には、「変更不可」欄に「は」又は「×」を記 載し、「保険医療機関へ疑念を記載する欄」を参照すること。また、患者の希望を踏まえ、先 発医薬品を処方した場合には、「患者希望」欄に「レ」又は「×」を記載すること。										(枝番)
	5		6												
	リファル可 □ (両)		(両)		「変更不可」欄に「レ」又は「×」を記 載した場合は、署名又は記名・押印すること。										(枝番)
	保険医署名		(両)												
保険医署名		(両)		保険薬局が調剤時に後発を確認した場合の対応(特に指示がある場合は「は」又は「×」を記載すること。 □保険医療機関へ疑念を記載した上で調剤 □保険医療機関へ情報提供										(枝番)	
調剤実施回数 (調剤回数に応じて、□に「は」又は「×」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)		□1回目調剤日 (年 月 日)		□2回目調剤日 (年 月 日)		□3回目調剤日 (年 月 日)		次回調剤予定日 (年 月 日)							(枝番)
調剤済年月日		令和 年 月 日		公費負担者番号		保険医療機関の所在地 及び名称						保 険 医 生 会			
保険医療機関の所在地 及び名称		(両)		公費負担医療の 受給者番号						(枝番)					

- ①保険者番号等
- ②氏名・生年月日・性別
- ③医療機関名・連絡先・処方した医師の名前
- ④薬の名前・剤形・飲み方
- ⑤ジェネリック医薬品への変更不可について
(医療上の必要性がある場合)
- ⑥長期収載品の銘柄処方について
(患者さん希望の場合)

2024年10月時点



リフィル処方箋について

2022年度の診療報酬改定にて、
医師の判断により「**リフィル処方箋**」
を発行することができるようになりました。

◆リフィル処方箋とは…

症状が安定している患者さんに対して、
医師の処方により医師及び薬剤師の適
切な連携の下で、**一定期間内に、最大
3回まで反復利用できる処方箋**です。

患者さんにとっては、
医療機関を受診する回
数が少なくなり、通院負
担を軽減できるメリットが
あります。
結果として、医療の効率
化も期待されています。

処方箋 (この処方箋は、どの保険薬局でも有効です。)									
公費負担者番号					保険者番号				
公費負担医療 の受給者番号					被保険者 番号				
氏名		生年月日		性別	保険医療 所在地		電話		
区分		被保険者		被扶養者	都道府県		市区町村		
交付年月日		令和 年 月 日		処方 使用					
変更不可 (変更上必要)		患者希望		個々の処方箋について、医療上の必要性が 十分に認められ、かつ、一定期間内に 再処方が必要と判断した場合、 「リフィル処方箋」に署名又は記名 した場合は、署名又は記名・押印すること。					
処方 方		処方 方		処方 方		リフィル可 ☐ (回)			
備考		備考		備考		保険薬局が調剤時に検査を確認した場合(特に指示がある場合は「レ」又は「X」を記載すること。)			
調剤実施回数(調剤回数に応じて、□に「レ」又は「X」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)		調剤実施回数(調剤回数に応じて、□に「レ」又は「X」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)		調剤実施回数(調剤回数に応じて、□に「レ」又は「X」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)		調剤実施回数(調剤回数に応じて、□に「レ」又は「X」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)			
□1回目調剤日(年 月 日)		□2回目調剤日(年 月 日)		□3回目調剤日(年 月 日)		□1回目調剤日(年 月 日)			
次回調剤予定日(年 月 日)		次回調剤予定日(年 月 日)		次回調剤予定日(年 月 日)		次回調剤予定日(年 月 日)			
調剤済年月日		調剤済年月日		調剤済年月日		調剤済年月日			
公費負担者番号		公費負担者番号		公費負担者番号		公費負担者番号			
公費負担医療の		公費負担医療の		公費負担医療の		公費負担医療の			

リフィル処方せんの場合、ここにレ点と
使用可能な回数が書かれています。

リフィル可 ☒ (3 回) または
リフィル可 ☒ (2 回)

リフィル可 ☐ (回)

お薬を出した日と次回の予定日を薬局が記入します。

調剤実施回数(調剤回数に応じて、□に「レ」又は「X」を記載するとともに、調剤日及び次回調剤予定日を記載すること。)			
□1回目調剤日(年 月 日)	□2回目調剤日(年 月 日)	□3回目調剤日(年 月 日)	
次回調剤予定日(年 月 日)	次回調剤予定日(年 月 日)	次回調剤予定日(年 月 日)	

参考) 厚生労働省: 長期処方・リフィル処方の活用について



リフィル処方箋について

◆使用期限

リフィル処方箋による1回あたりの投薬期間および総投薬期間は、患者さんの病状を踏まえて、医師が判断します。

- 1回目の使用：通常の処方箋と同様に、交付日を含めて**4日以内**に薬局での調剤が必要です。
- 2回目以降の使用：前回の処方期間が経過する日を予定日とし、**予定日の前後7日以内**に薬局での調剤が必要です。



同一保険薬局で継続して調剤を受けることが出来ない場合は、前回調剤された薬局にもご相談ください。

参考) 厚生労働省：長期処方・リフィル処方の活用について



リフィル処方箋について

◆留意点

- 1) 投薬量に限度が定められている医薬品（新薬・麻薬・向精神薬 等）及び湿布薬などは、リフィル処方箋ができません。
- 2) 薬剤師から、体調や服薬状況の確認のため、同一の保険薬局で調剤を受けることを勧める説明をすることがあります。
- 3) 薬剤師から、次回の調剤予定の確認、予定される時期に患者さんが来局しない場合は、電話等により状況を確認することがあります。
また、患者さんが他の薬局において調剤を受ける場合は、当該薬局に調剤の状況とともに必要な情報をあらかじめ提供することがあります。
- 4) 患者さんの体調変化を考慮し、リフィル処方箋の有効期間内であっても、薬剤師は、調剤を行わず患者さんに受診を勧め、処方医へ情報提供する場合があります。



参考) 厚生労働省：長期処方・リフィル処方の活用について

薬を受け取るまでの流れを教えてください

受付



処方箋の確認



受け取り (服薬指導)



調剤業務



- 処方箋は、病院前の調剤薬局だけではなく、全国どこの調剤薬局でも受付してもらうことが可能です。薬局の受付で、医療機関で発行された処方箋を渡しましょう。このとき、一緒にお薬手帳、健康保険証も提示しましょう。
- 受付されたあと、患者さんにお待ちいただいている間、薬剤師は、患者さんから受け取った処方箋の内容に加えて、患者さまの併用薬やアレルギー歴を確認し、適正であるか確認し、必要があれば医師に問い合わせをします。もし併用薬（ほかに使っている薬）がある場合は、受付の際に伝えましょう。併用薬には、飲み薬だけでなく、塗り薬、目薬、湿布、OTC医薬品も含まれます。



- 余っている薬がご自宅にある場合も、同じように受付で伝えましょう。これらの確認の後、調剤が行われます。調剤とは処方箋に従って、薬剤を調製することです。粉薬やシロップ、軟膏の混合、内服剤の一包化にはお時間がかかる場合もあります。

お薬が出来上がったら、薬剤師からお薬について説明させていただきます。患者さんの症状をお聞きしながら、お薬の飲み方、薬の効果や注意事項などの情報をお伝えします。



お薬手帳はどのように使えばよいのでしょうか？

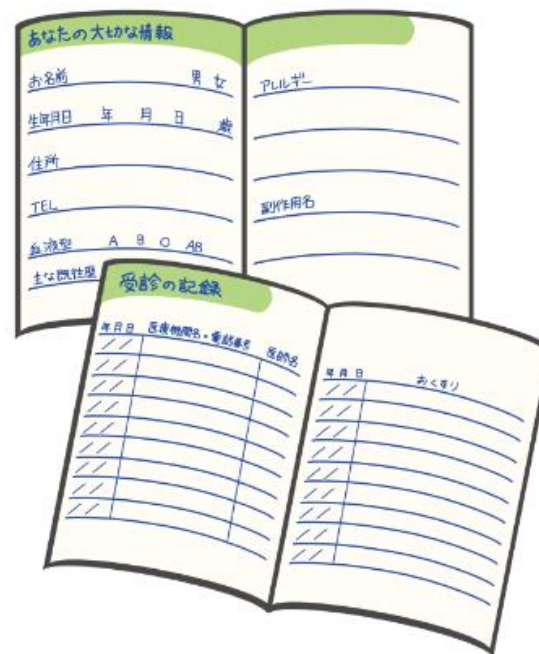
お薬手帳は、薬をより安全に使うための手助けになります。
お薬手帳にご自分が使っている薬の記録をつけておくと、
普段使っている薬や、薬に関する情報を正しく知ることが
でき、副作用や重複服用の防止につながります。



- 現在飲んでいる薬が一目でわかるほか、複数の病院やクリニックで治療を受けている場合、同じ成分の薬が出たり、一緒に飲んではいけない薬が出たり、飲み合わせのよくない薬が出たりすることを防げます。
- 薬によるアレルギー経験なども医師や薬剤師に正確に伝えられます。ただ、医療機関や薬局ごとに手帳を分けてしまうと、医師や薬剤師が正確な判断をしにくくなるため、お薬手帳は1冊にまとめましょう。スマートフォンなど利用できる電子版もあるため、ご自身で使いやすいものを選んで活用しましょう。
- お薬手帳は診察や薬を購入するときだけでなく、災害などの緊急時に持っている、飲んでいる薬が正確にわかるため安心です。

お薬手帳に記載する主な項目

- 氏名、性別、生年月日、血液型、住所、電話番号、緊急連絡先
- アレルギー・副作用歴の有無、過去の病歴、かかりつけ医・薬剤師など
- 服用薬に関する情報：処方された薬の名前、用法・用量・期間など



かかりつけ薬局とは何ですか？ どう利用すればよいのでしょうか？

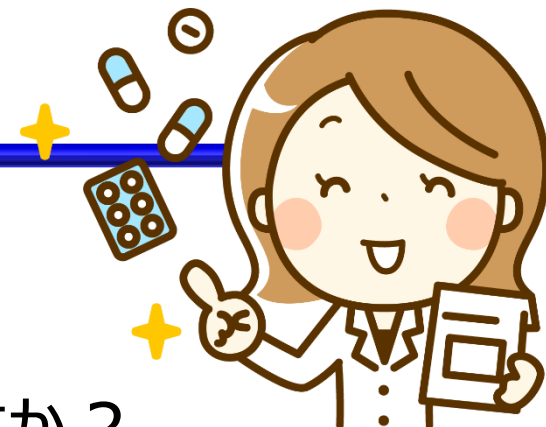
医療機関で処方された薬は、どこの薬局でも取り扱ってくれますが、薬局や薬剤師を決めておくと、処方内容や薬の効果・副作用を確認してもらうことができるので安心です。

かかりつけ薬剤師・薬局を持つ主なメリットには次のようなものがあります。

- 1 同じような薬が重複していないか、飲み合わせの悪い薬が出されていないかをチェックしてもらえます。
- 2 飲み忘れや飲み残しを防げます。
- 3 在宅での療養が必要になっても、説明を受けられます。
- 4 ジェネリック医薬品について説明してもらえ、ジェネリック医薬品を選択するかどうかの希望を聞いてもらえます。



内容



◆ ジェネリック医薬品について

- ✓ ジェネリック医薬品とは何ですか？
- ✓ ジェネリック医薬品はどうして安いのですか？
- ✓ ジェネリック医薬品に変更して、効果が変わるのでしょうか？
- ✓ ジェネリック医薬品は先発医薬品とは使用する添加物が違うと聞いたのですが…
- ✓ ジェネリック医薬品は先発医薬品と違う添加物を使用していることで、安全面や有効性に問題がないのでしょうか？
- ✓ オーソライズドジェネリック（AG）とは何ですか？
- ✓ ジェネリック医薬品のメリットや工夫は何ですか？
- ✓ ジェネリック医薬品を希望するにはどうすればいいのですか？

ジェネリック医薬品とは何ですか？

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬（先発医薬品）と同じ有効成分を使っており、品質、効き目が同等な薬のことです。

特許期間*を過ぎた薬の有効成分や製法は国民の財産となり、先発医薬品を開発したメーカー以外の製薬会社でもジェネリック医薬品を開発して、製造・販売ができるようになります。

ジェネリック医薬品と先発医薬品には、有効性について基本的に違いはなく、先発医薬品と代替可能な医薬品であることをデータに基づいて審査を行った上、厚生労働大臣が承認したものだけがジェネリック医薬品として供給されています。

* 先発医薬品を開発したメーカーには、その薬を独占して販売できる特許期間が20～25年間認められています。

※ 医薬品には、商品名のほかに有効成分名を示す一般名（generic name = ジェネリック ネーム）があります。一般名は、世界保健機構（WHO）に登録されている世界共通の名称です。欧米では後発医薬品の処方が一般名で行われていることが多いため、日本でもジェネリック医薬品と呼ぶようになりました。



ジェネリック医薬品の位置づけ

医薬品

一般用医薬品（OTC*）

医師の処方箋なしで
薬局等で購入できるお薬

* OTC : Over The Counter

医療用医薬品

病院やクリニックなどで
医師から処方されるお薬

新薬（先発医薬品）

新規に開発され、
発売されたお薬

ジェネリック医薬品（後発医薬品）

新薬の特許が切れてから別会社で発売されたお薬

新薬の特許期間が切れると、他のメーカーも
同じ成分のお薬を製造できるようになります。
これが、「**ジェネリック医薬品**」です。

先発医薬品とジェネリック医薬品の 同じところと工夫できるところ

同じところ

【有効成分】

- 成分
- 含量※1

【治療効果】

- 有効性・安全性
- 効能・効果※2
- 用法・用量※2
- 使用上の注意※2

※1：原則同じですが、より使いやすい含量の製剤を作ることができます。

※2：一部、異なる場合があります。

工夫できるところ

【製剤】

- 添加物（種類および量）
- 性状（色や味、におい、形、大きさなど）
- 剤形

例）

- 内服薬
錠剤やカプセルなどの薬の種類、飲みやすさ
- 外用薬（貼り薬など）
貼り心地、剥離紙の表示など

* 薬価は、製剤によって異なります。

ジェネリック医薬品はどうして安いのですか？

ジェネリック医薬品は、先発医薬品に比べ薬代を安くできます。

安価で製造できるのは研究開発費を節約できるからです。

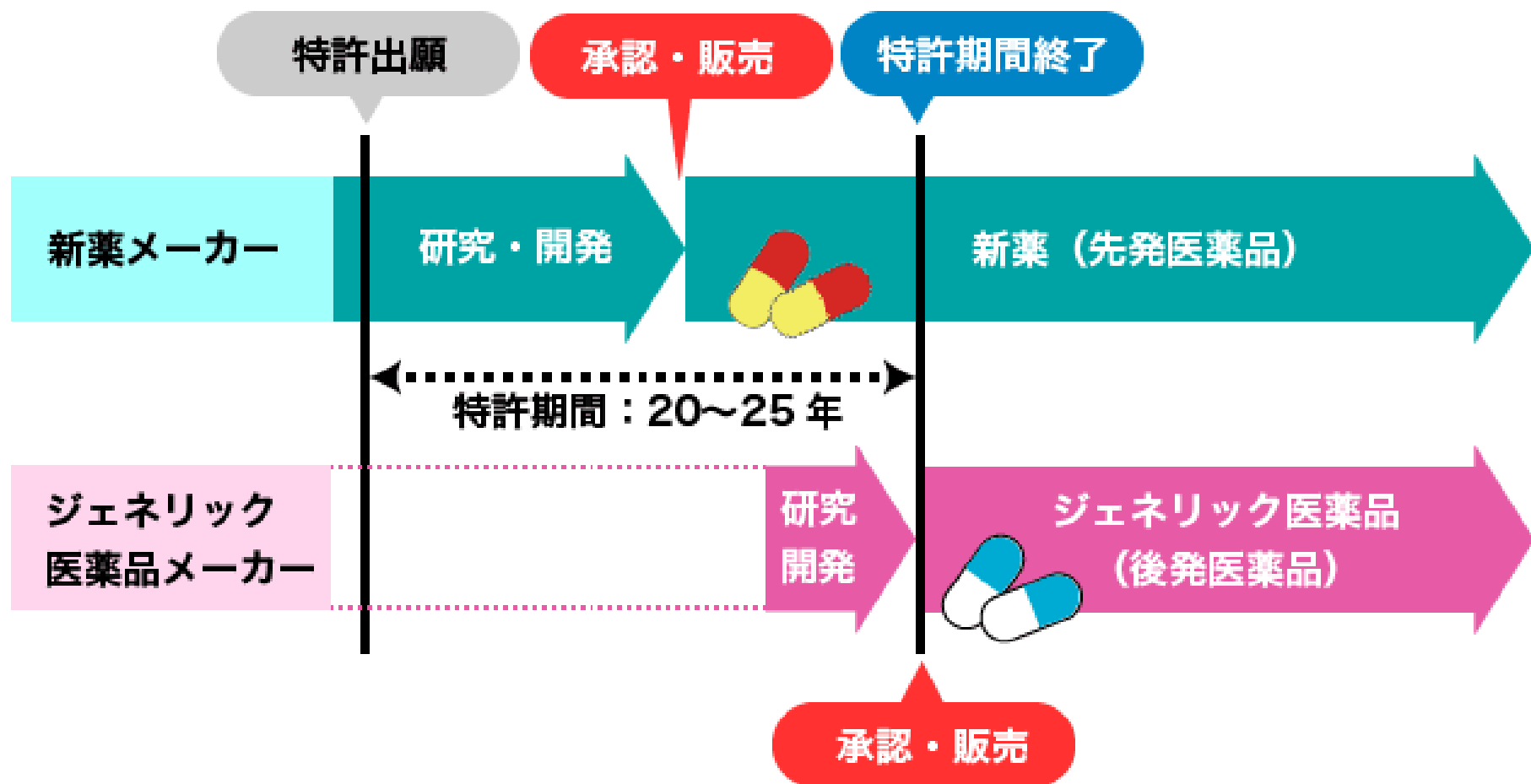
ジェネリック医薬品を選ぶことで、患者さんの自己負担が減ります。さらに、健康保険料と税金でまかなわれている公的な医療保険の負担を減らすことにも繋がります。



- 先発医薬品を販売するまでには、**9～17年程度の歳月**と、**数百億円～数千億円もの費用**が必要だといわれ、莫大な投資費用がコストとして薬の値段に反映されています。
- ジェネリック医薬品では、先発医薬品の長年にわたる使用経験等により効き目や安全性に関する評価が確立しているため、研究開発の期間を**3～5年**、費用を**数億円程度と大幅に減らすことができ**、安価に薬を提供することができるのです。



新薬とジェネリック医薬品の研究・開発期間の違い



ジェネリック医薬品に変更して、効果が変わるのでしょうか？

ジェネリック医薬品を選ぶ場合、患者さんが最も気になるのは、効き目、品質等は大丈夫か、ということではないでしょうか。

ジェネリック医薬品は、先発医薬品と効き目が同等であることが試験によって確認されています。

投与してからどのくらいの時間で、どれくらいの量の薬の成分が血液中に入っていくかを調べる試験（生物学的同等性試験）が実施され、先発医薬品と同等であることが証明されたものだけが国の審査において、ジェネリック医薬品として認められます。



ジェネリック医薬品は先発医薬品とは使用する添加物が違うと聞いたのですが…

ジェネリック医薬品は、先発医薬品とは異なる添加物を使うことができます。そのため、**先発医薬品を開発していた時代にはなかった添加物を使用して、安定性や服用性を改善し、製剤に付加価値をつけることができます。**

また、先発医薬品が製剤特許を有している場合にも異なる添加物を使うことで同一成分の薬を製造することができます。

心配や不安のある方は、薬剤師に相談してみると良いでしょう。



ジェネリック医薬品は先発医薬品と違う添加物を使用していることで、有効性に問題がないのでしょうか？

医薬品に用いられている添加物は、薬理作用を示さず、無害で、有効成分の治療効果を妨げるものであってはならない、と日本薬局方に規定されています。

添加物が違っても生物学的同等性試験により、先発医薬品と効き目が同等であることが確認されています。

すでに発売されている先発医薬品でも、承認を受けた後に添加物に変更される場合があります。

この場合にもジェネリック医薬品と同じ生物学的同等性試験によって、当初の製剤と添加物を変更した後の製品とで有効性が変化していないことを確認しています。



- 薬の有効性を左右するのは、あくまでも有効成分（主成分）であって添加物ではありません。
- 薬は添加物がないと作ることができません。その添加物も厚生労働省でしっかり審査されたもののみ使用しています。



オーソライズドジェネリック（AG）とは何ですか？

オーソライズドジェネリック（AG）とは、先発医薬品を製造販売する製薬会社から特許権の許諾（オーソライズド）を得て、後発医薬品メーカーが販売するジェネリック医薬品のことです。

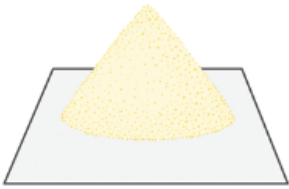
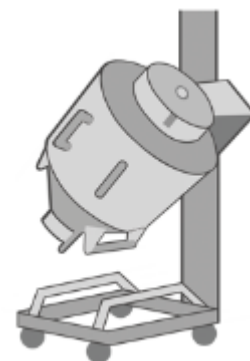
特許権の許諾を受けているため、先発医薬品の特許が切れる前に発売することができます。

オーソライズドジェネリックは、実際は製造方法のプロセスにおいて、おおまかに3つの種類に分類されます。

オーソライズドジェネリックだからといって、先発医薬品と全てが同じというわけではありません。



オーソライズドジェネリック（AG）の種類

種類	生物学的 同等性試験	原薬 	製法 	技術 	製造ライン (工場) 
① [*]	不要	同一	同一	同一	同一
②	必要	同一	同一	異なる	異なる
③	必要	異なる	同一	異なる	異なる

※多くの場合、①でも錠剤の識別コード（刻印等）やPTPシートのデザインは異なります。

ジェネリック医薬品のメリットや工夫は何ですか？

ジェネリック医薬品を選ぶメリットの1つは**安価**であることですが、その他のメリットとしては、**製剤工夫により、飲みやすくなったり、安定性が向上しているなど付加価値を見出せることです。**

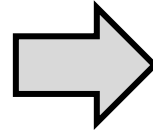
先発医薬品によっては、サイズが大きいものや、独特な味やにおいで飲みにくいものがあります。先発医薬品の発売後、進化した製剤技術を用いることで、**添加物の種類や量、薬の色や形、大きさ、におい、味などや、剤形に工夫を施しているジェネリック医薬品もあります。**また、飲みやすさだけでなく、安定性の面、湿気や光に弱いなどの品質面の改善をしているものもあります。

形や味、大きさなどが変わっても、有効性は先発医薬品と同等であることを確認しています。

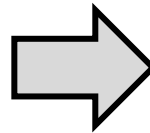
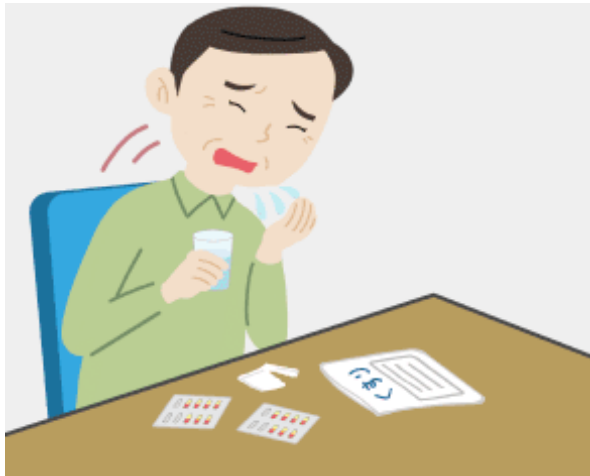


ジェネリック医薬品の工夫例

- 錠剤や粉薬で飲み込みにくい…
- 入れ歯に挟まってしまう…
- 味が苦い…
- カプセル剤でのどを通りにくい…
- 小さすぎて扱いにくい…
- 大きすぎてのどを通りにくい…
- 剥離紙（フィルム）がうまく剥がれない…
- 自分では貼りにくい…



- 水を含むと速やかに崩壊する錠剤
- 苦みをマスキング
- 飲みやすい錠剤
- 扱いやすく飲みやすい、適度な大きさのお薬
- 剥離紙（フィルム）が剥がしやすく、また貼りにくい部分にもひとりで貼りやすい貼付剤



ジェネリック医薬品を希望するにはどうすればいいのですか？

ジェネリック医薬品を希望する場合、医師や薬剤師にそのことを伝えてください。診察券あるいは保険証に、市町村や協会けんぽ及び健康保険組合が配布している「ジェネリック医薬品希望シール」を貼付したり、または「ジェネリック医薬品希望カード」を受付に提示したりする方法もあります。

また、飲みやすさ、貼り心地や使いやすさなどを考えて、処方箋に記載されている薬と剤形や含量が違うジェネリック医薬品に変更できる場合があります。薬を飲みにくいと感じた時は薬剤師にご相談ください。



ジェネリック医薬品を
希望します

内容

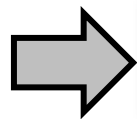
◆ 薬の副作用について

- ✓ 副作用とは
- ✓ なぜ副作用が起こるのでしょうか？
- ✓ どのような副作用が起こるのでしょうか？
- ✓ 副作用は防ぐことができるのでしょうか？



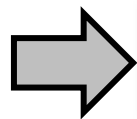
副作用とは

副作用とは期待した薬の効果（主作用）以外の望ましくない作用のことをいいます。必ず起きるものではなく、個人差があり、症状も軽いものから重いものまであります。



主作用

薬本来の目的の働き
(病気を治したり、症状を軽くしたりすること)



副作用

- 1 期待した薬の効果が強く出すぎる
- 2 期待した薬の効果以外の作用が現れる
- 3 薬の成分に対してアレルギー反応が現れる

1 期待した薬の効果が強く出すぎる

年齢・性別・体質・体調等により、薬の作用が強く現れる場合があります。例えば血圧を下げる薬の場合、効果が強く出すぎると、血圧が下がりすぎてふらつくという副作用が起こることがあります。

2 期待した薬の効果以外の作用が現れる

薬の成分は血液の流れに乗って全身を巡るため、目的と違う部位で別の作用が現れる場合があります。例えば花粉症の治療薬の場合、鼻水は止まったが、眠くなるという副作用が起こることがあります。

3 薬の成分に対してアレルギー反応が現れる

体内に入った薬の成分に対しアレルギー反応（薬物アレルギー）を示す場合があります。

症状はさまざまで、薬疹（薬を内服したり注射したりすることにより皮膚に生ずる赤いぶつぶつのこと）、発熱、ショック、肝臓や腎臓の障害、貧血や血小板の減少などがあります。



なぜ副作用が起こるのでしょうか？

副作用が起こる要因として、主に以下の点が挙げられます。

① 薬の性質によるもの

治療の目的とは違う部位で薬が作用することがあります。

② 薬の使い方によるもの

- 薬を使用する時間や間隔、量を誤った場合
 - 他の薬や健康食品等との飲み合わせが悪い場合
- 薬の効果が強く出すぎることや薬の効果が弱まることがあります。

③ 薬を使用する人の体質によるもの

〔年齢、性別、体重、人種差、嗜好（飲酒、喫煙など）〕
薬の効果に影響することがあります。

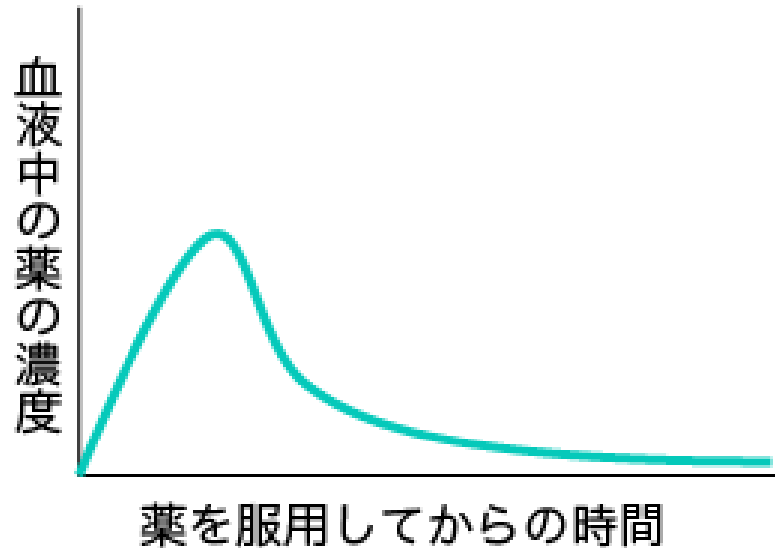
④ 薬を使用する人の症状によるもの

例えば、病気などの影響で肝臓や腎臓の機能が低下していると、
薬の効果が強く出すぎることがあります。

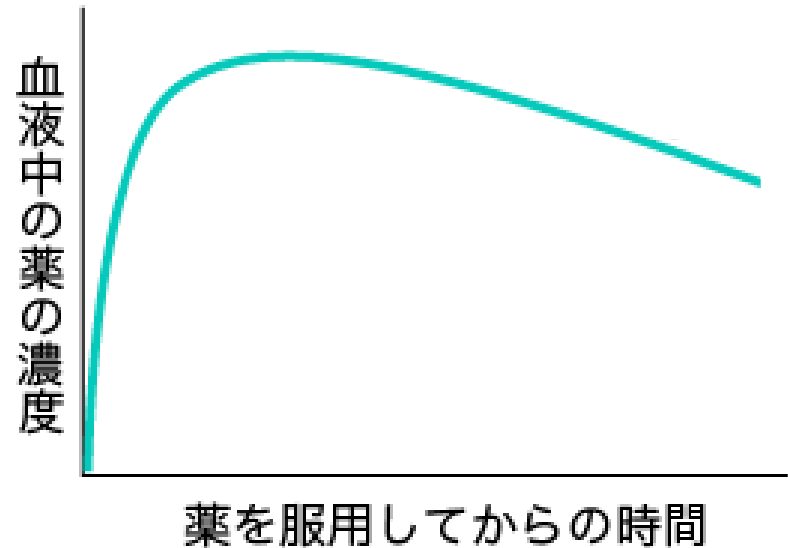


同じ量の薬を投与した場合のイメージ図

健常者



肝臓や腎臓の機能が低下している人



薬の代謝・排泄機能が低下しているため、
健常者と比べ血液中の薬の濃度が高いままに
なっています

どのような副作用が起こるのでしょうか？

使用する薬によって生じる副作用や発現頻度は異なります。
代表的なものとしては以下のような副作用が挙げられます。



ふるえ



ふらつき



発疹



眠気



吐き気



嘔吐

副作用の例

使用する薬剤	生じる可能性のある副作用の例
精神安定剤、睡眠導入薬	歩行困難、尿失禁、記憶障害、視覚障害 など
糖尿病薬（血糖を下げる薬）	空腹感、脱力感、冷や汗、ふるえ など
抗うつ剤（気分を落ち着かせる薬）	手足のふるえ、ふらつき、便秘 など
脂質異常症治療薬 （コレステロールや中性脂肪を下げる薬）	発疹、かゆみ、筋肉痛 など
血圧降下剤	ふらつき、転倒、顔面潮紅、頭痛 など
抗アレルギー薬	眠気、ふらつき、口渇、尿閉 など
抗がん剤	脱毛、食欲不振、口内炎、吐き気、嘔吐、下痢、白血球の減少 など
消炎鎮痛剤（炎症や痛みを抑える薬）	胃腸障害、腎障害、肝障害、アレルギー など
胃腸薬	眠気、のどの渇き など
抗生物質	胃腸障害、腎障害、アレルギー など

副作用は防ぐことができるのでしょうか？

副作用を起こさない・悪化させないために
以下の点を心がけましょう。

- 1 薬を使用していて具合が悪くなった場合は、早めに医師・薬剤師に相談しましょう。
- 2 自分が使用している薬のことは医師・薬剤師の説明をよく聞き、理解しておきましょう。
- 3 医療機関を受診したり薬局を利用したりする際にはお薬手帳を持参しましょう。



副作用を起こさない・悪化させないために心がけること

1 薬を使用していて具合が悪くなった場合は、早めに医師・薬剤師に相談しましょう。

自己判断で服薬を中断したり、薬の量を調整したりすると、病気を悪化させることがありますので危険です。副作用の心配がある場合は医師・薬剤師に必ず相談しましょう。

2 自分が使用している薬のことは医師・薬剤師の説明をよく聞き、理解しておきましょう。

薬局で提供される薬の説明書には、用法用量、効能効果のほか、使用上の注意や副作用などの重要な情報が記載されていますので、しっかり読むようにしましょう。

3 医療機関を受診したり薬局を利用したりする際にはお薬手帳を持参しましょう。

医師・薬剤師がお薬手帳を見て「同じ成分を含んだ薬が重複していないか」、「飲み合わせは大丈夫か」などを確認することにより副作用を回避することができます。

内容

◆ ポリファーマシー

- ✓ 複数の薬を服用することに問題がありますか？
- ✓ ポリファーマシーとは何でしょうか？
- ✓ ポリファーマシーについて気を付けることはありますか？
- ✓ ポリファーマシーにより、どのような症状がでますか？
- ✓ 自分自身でできるポリファーマシーの対策には何がありますか？



複数の薬を服用することに問題がありますか？

複数の薬を同時に使用すると、薬が互いに影響し合っ**て**薬の作用が強くなったり弱くなったりすることがあります。これを「**薬の相互作用**」といいます。相互作用は薬同士だけでなく、薬と食品や嗜好品（お酒・タバコなど）との組み合わせによっても発生する場合があります。

また**高齢者**では複数の病気を抱えやすく、服薬数の増加に伴う**薬物有害事象***や**薬の飲み忘れ・飲み間違い**などの**リスクが増加するため、注意が必要です。**

* 薬物有害事象：薬との因果関係がはっきりしないものを含め、薬を投与された患者さんに生じる好ましくない医療上のあらゆる出来事

薬の相互作用を
引き起こす
組み合わせ



- ➡
- **薬の効果が強く出すぎる場合**
副作用が現れやすくなったりします
 - **薬の効果が弱くなる場合**
病気が治りにくくなります

ポリファーマシーとは何でしょうか？

ポリファーマシーとは
「Poly（多くの）」+「Pharmacy（調剤）」の造語ですが、単に薬剤数が多いことではなく、薬剤が多いことにより、薬物有害事象*につながる状態や飲み間違い、残薬の発生につながる問題のことをいいます。さらに、不要な処方や過量重複投与など、あらゆる不適正処方も含みます。

* 薬物有害事象：薬との因果関係がはっきりしないものを含め、薬を投与された患者さんに生じる好ましくない医療上のあらゆる出来事

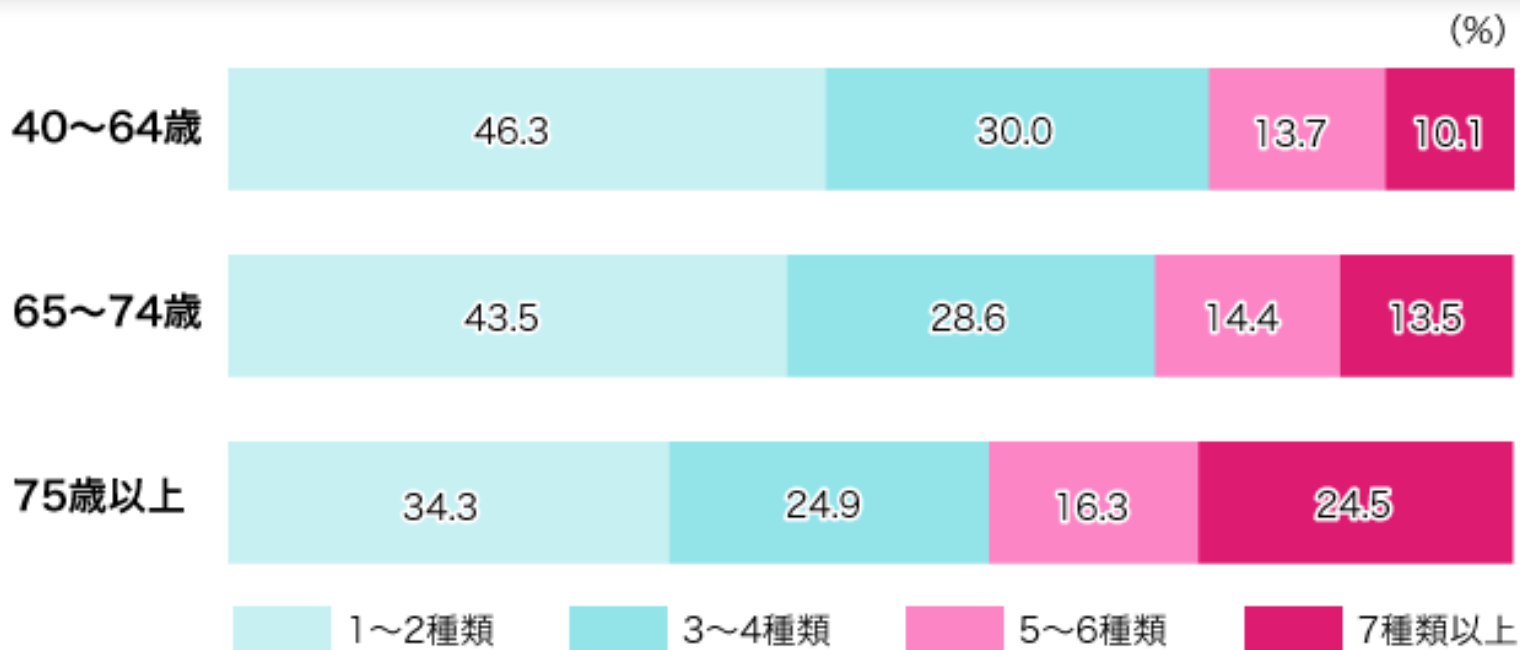
ポリファーマシーの状態は、患者さんの病態や生活、環境によっても変化するため、何種類以上をポリファーマシーとするという厳密な定義はありませんが、高齢者では処方される薬の種類が6つ以上になると薬物有害事象の発生リスクが高まることがわかっています。

ポリファーマシーにならないためには、点眼薬や外用薬、OTC医薬品も含めたご使用中の薬剤と、服薬状況、病気について、医師・薬剤師にしっかりと伝えていただくことが大切です。



処方される薬の種類構成割合（年齢別）

一般的に、高齢になるほど複数の病気にかかるリスクが高まるため、高齢者では処方される薬剤数が多くなる傾向にあります。
特に75歳以上の患者さんでは、約4人に1人が7種類以上の薬剤を処方されているという報告もあります。



平成29年社会医療診療行為別統計の概況（厚生労働省）より抜粋。図表を加工して作成。

ポリファーマシーについて気を付けることはありますか？

ポリファーマシーは、複数の病気や症状についてそれぞれ別の複数医療機関を受診する中で生まれてしまうこともあります。
そのため、以下のことに注意しましょう。

- 1 使っている薬があれば医師や薬剤師に必ず伝えましょう
- 2 お薬手帳を複数持っている方はお近くの薬局に持って行って1冊にまとめてもらいましょう
- 3 自己判断で薬の服用を中断しないようにしましょう



ポリファーマシーについて注意すること

1 使っている薬があれば医師や薬剤師に必ず伝えましょう

病気ごとに異なる医療機関を受診している場合は、同じ効果の薬が重複する・薬同士の相互作用が疑われる・処方される理由が明確でない薬が含まれているなど、不適正な処方が含まれることがありますので、医師や薬剤師に使っている薬を（サプリメントなどの市販薬も含めて）正確に伝えましょう。

2 お薬手帳を複数持っている方はお近くの薬局に持って行って1冊にまとめてもらいましょう

医療機関を受診する際や薬局に行く際にはお薬手帳を携帯しましょう。お薬手帳は、医師や薬剤師に自分の病気と薬をすべて把握してもらうために1冊にまとめてもらいましょう。

3 自己判断で薬の服用を中断しないようにしましょう

処方された期間は薬をきちんと服用することが大切です。薬が多いからといって自己判断で薬の服用を調節することは症状の悪化を引き起こすことがありますので、絶対にやめましょう。

複数の医療機関に受診して薬剤の数が増える例



ポリファーマシーにより、どのような症状がでますか？

ポリファーマシーは患者さんの病態や生活、環境によっても変化するため、何種類以上をポリファーマシーとするという厳密な定義はありません。

しかし、いくつかの症状からポリファーマシーを疑うことができます。
これらの症状は一見すると加齢による影響のように思われますが、
ポリファーマシーによる薬物有害事象*として起こる場合もあります。

* 薬物有害事象：薬との因果関係がはっきりしないものを含め、薬を投与された患者さんに生じる
好ましくない医療上のあらゆる出来事



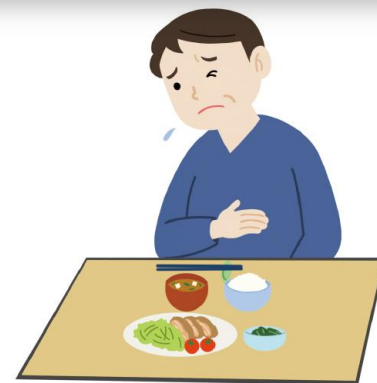
ふらつき・転倒



暴力・暴言



認知機能低下



食欲不振

薬の種類や数が変更になってすぐにこのような症状が現れる場合は、体の機能低下だけでなく、薬が影響している可能性もあります。

日常生活の中で急にこのような症状が目立ってきた場合は、薬による影響を疑い、すぐに医師や薬剤師に相談することが望ましいでしょう。

自分の判断で薬を飲むことをやめたり、薬の量を調整したりすると症状を悪化させる可能性がありますので、絶対に行わないようにしてください。



自分自身でできるポリファーマシーの対策には何がありますか？

患者さん自身で実施可能なポリファーマシー対策としてお薬手帳の活用があります。
お薬手帳をうまく活用するためには、以下の3つのポイントが重要になります。

- 1 お薬手帳は1冊にまとめる
- 2 お薬手帳にメモを書き込む
- 3 かかりつけの薬剤師をつくる



お薬手帳は1冊にまとめる

お薬手帳には病院や診療所で処方された薬の名前、用法・用量・期間などのほか、アレルギー・副作用歴の有無、過去の病歴などを記録することができます。

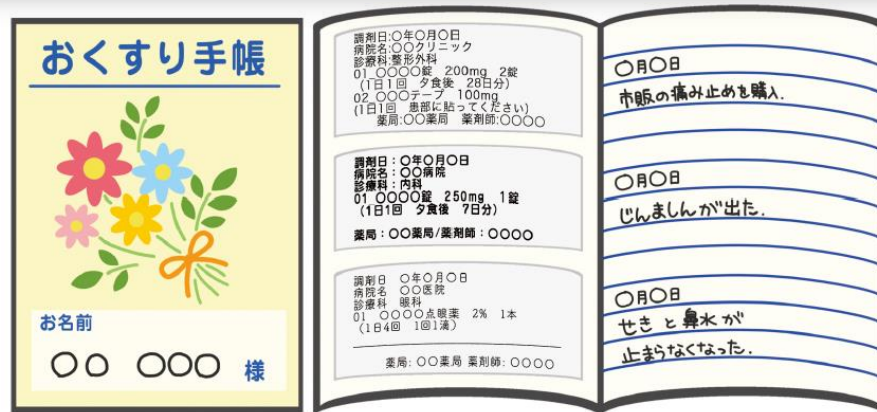
これらの情報を1冊のお薬手帳にまとめることで、**複数の医療機関を受診した場合でも医師や薬剤師に正確な情報を伝えやすくなり、薬の相互作用や重複投与による健康被害を防ぐことが期待できます。**



お薬手帳にメモを書き込む

薬を飲み忘れてしまったことや、薬を服用したあとに体調が悪くなったことなどを患者さん自身でお薬手帳にメモを書き込むようにするとよいでしょう。

また、市販の薬を購入したり服用した場合についても、お薬手帳に記入しておくことでポリファーマシーの回避につながる場合があります。お薬手帳には、副作用歴、アレルギー歴、病歴などまとめて記載できる項目もありますので、これらの情報を事前に記入しておくことも大切です。



かかりつけの薬剤師をつくる

かかりつけ医と同じように、何でも相談できるかかりつけの薬剤師を身近に1人持つことで、患者さんに処方されている薬のことや、患者さんの体質や体調変化などをまとめて把握してもらえるメリットがあります。

薬剤師への相談は処方箋を持参しない場合でも可能です。

家に余っている薬がたくさんある、薬の整理や管理で困っているときなど、いつでも薬剤師のサポートを受けることができます。

また、薬剤師は医師とも連携していますので、例えば医師に聞きにくいようなことでも、薬剤師を通して健康相談を行うことができます。かかりつけ医と同じように、かかりつけ薬剤師を持ちましょう。



