IIZUKA HOSPITAL information magazine

特集

お薬が多くて困っていませんか？

2024.4
no.205

飯塚病院だより

ポリファーマシーチームのご紹介

『複数の病院にかかっていて薬の種類が増えた』
『薬が多くて飲むのが大変』など、
処方される薬でお悩みではありませんか？

高齢患者さんの中には、複数の持病を持ち、複数の医療機関や診療科から薬の処方を受けている方がいらっしゃいます。近年、このような背景で発生する多剤服用・多剤併用を意味する「ポリファーマシー」が注目されています。

当院では、高齢者の医薬品適正使用を目指して、2018年より「ポリファーマシーチーム」を発足し、ポリファーマシー対策を推進しています。チームは、医師・薬剤師・看護師など多職種が連携して構成され、入院中の患者さんの状態に応じて、内服薬の変更や減量、中止などを主治医へ提案しています。

今回の飯塚病院だよりでは、「ポリファーマシー」の原因や予防方法、当院での取り組みについてご紹介します。

監修　薬剤部　冨永 麻衣子

飯塚病院だより no. 205
2024年（令和6年）4月10日　編集・発行 飯塚病院 広報課　印刷 マツオ印刷株式会社

01 新任部長のご紹介（2024年3月1日就任）

麻酔科
内藤　智孝

3月1日より、麻酔科部長の職務を命じられました。

麻酔科って何するところ？ 麻酔科医って麻酔をかける先生？ 麻酔科医がいないと手術は出来ない？ よく耳にする言葉です。麻酔科は、手術を受ける患者さんの安全、安心を提供する診療科です。

安全：麻酔をかけた患者さんの命を守ります。手術を受ける患者さんの状態に応じて適切な麻酔法を計画し、施行します。安心：手術後は、手術に伴う痛みを種々の薬を組み合わせて軽減します。飯塚病院で手術して良かったといわれるような、安全、安心な麻酔を、麻酔科一丸となって目指します。

リハビリテーション科
松本　弥一郎

令和6年3月付けで就任しました松本弥一郎です。これまでは飯塚病院に10年（総合診療科、連携医療・緩和ケア科）在籍しており、このたびご縁をいただきました。

リハビリテーションについては、当院在籍中でも関わることが多く、ほとんどの患者さんが入院するとリハビリテーションを行っておりますので、重要な役割であると思います。セラピストやスタッフと一緒に盛り上げていけたらと思います。

何かと至らない点もあるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

02 「AYA WEEK 2024」がん患者応援フラッグ活動に参加しました

飯塚病院では、AYA世代（15歳から39歳までの思春期・若年成人）のがん患者さんへの支援として、3月2日から3月10日に全国で同時に開催された「AYA WEEK 2024」に参加しました。

AYA世代でがんになると、経済的に困ったり、周りに同じような経験をした人が少なく、どうしたら良いのかわからなくて戸惑い、孤独を感じやすいことが知られています。

「AYA WEEK」は、AYA世代のがんについて、社会の理解と支援を広げることを目的に2021年から毎年3月に開催されています。当院では、看護師を中心に患者さんへのメッセージを寄せ書きし、フラッグを作成しました。今回の活動を通して、AYA世代のがん患者さんを支援する人の輪が広がっていくことを願っています。

日本全国から集まった、AYA世代を応援する寄せ書きフラッグは、左記QRコードからご覧いただけます。

また、飯塚病院にはがん患者さんのサポート窓口として「がん相談支援センター」があります。気になること、心配事などお気軽にご相談ください。

AYA WEEK 2024

がん相談支援センター
北棟1階 ATMコーナー奥 Tel：0948－29－8925 （8：30～16：30）

03 飯塚病院だより2月号誤植訂正のお詫び

飯塚病院だより2月号にて、左記の通り、誤りがございました。お詫びし、訂正させていただきます。

（誤）

【図1】

フレイルの評価基準

	項目	評価基準
□	体重減少	6ヶ月で2～3kgの体重減少
□	筋力低下	握力：男性＜26kg　女性＜18kg
□	疲労感	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする
□	歩行速度	通常歩行速度＜0.1m/秒
□	身体活動	①軽い運動・体操をしていますか？ ②定期的な運動・スポーツをしていますか？ 上記の2つのいずれも「していない」と回答

フレイル……3つ以上に該当　プレフレイル……1～2つに該当

（正）

【図1】

フレイルの評価基準

	項目	評価基準
□	体重減少	6ヶ月で 2kg以上の（意図しない）体重減少
□	筋力低下	握力：男性＜28kg　女性＜18kg
□	疲労感	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする
□	歩行速度	通常歩行速度＜1.0m/秒
□	身体活動	①軽い運動・体操をしていますか？ ②定期的な運動・スポーツをしていますか？ 上記の2つのいずれも「していない」と回答

フレイル……3つ以上に該当　プレフレイル……1～2つに該当

飯塚病院　〒820-8505 福岡県飯塚市芳雄町3-83　Tel.0948-22-3800（代表）
QRコードから検索できます　ホームページ　医療者監修コラム ピカラダ　LINE@　facebook

特集 お薬が多くて困っていませんか？

皆さんは「ポリファーマシー」という言葉をご存じでしょうか？

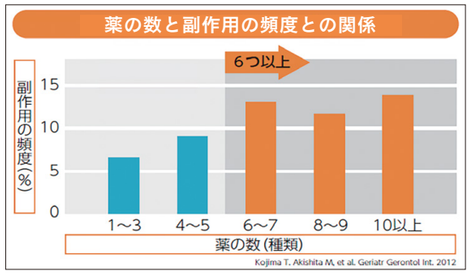
複数の慢性疾患を抱えることで、病気の数だけ薬の種類が増えてしまい、その量や飲み合わせによって、重大な副作用が発生するリスクが高くなることがあります。また、高齢者にとって、たくさんの薬を飲むことは大きな負担となります。

「ポリファーマシー」って何？

ひと言でいえば、**たくさんの薬を服用することで副作用を起こしやすくなったり、薬の飲み忘れや飲み間違いなど、正しく薬が飲めなくなったりしている状態**をいいます。

単に薬の数が多いことではありませんが、高齢者では薬の数が6種類以上になると副作用の頻度が増えることが分かってきており、多くの場合、6種類以上がポリファーマシーの目安とされています。

しかしながら、治療に必要な薬の数が6種類を超えることもあります。薬の数よりも適切な薬を正しく服用しているかが重要です。



多すぎる薬と副作用／日本老年医学会より

なぜ薬の数が増えるの？

ポリファーマシーが発生する要因として2つのパターンがあります。

1つは、**症状が生じるたびに新たな医療機関を受診し、その都度、薬が処方されていく**というパターンです。高齢になると、様々な持病を持つことで、複数の医療機関を受診するたびに薬の数が増えていきます。（例1）

もう1つは、**「処方カスケード」**というものです。カスケードとは「小さな連なる滝」という意味で、**薬による副作用を病気による症状と誤認され、新たな処方の追加を繰り返すこと**をいいます。図にすると、小さな連なる滝のように描かれることが語源となっています。（例2）

ポリファーマシーは何が問題？

最も重大な問題は、薬によって起こる副作用で、深刻な合併症をもたらす可能性もあります。

特に、5種類以上の薬を服用している高齢者のうち、4割以上の方にふらつき・転倒が起きているという報告や、15種類以上服用していると骨折リスクが約2倍に増えるという報告もあります。転倒による骨折をきっかけに、寝たきりや要介護状態になることや、それに伴い認知症につながることもあるため、ふらつき・転倒リスクのある睡眠導入薬などは特に注意が必要だと考えられます。

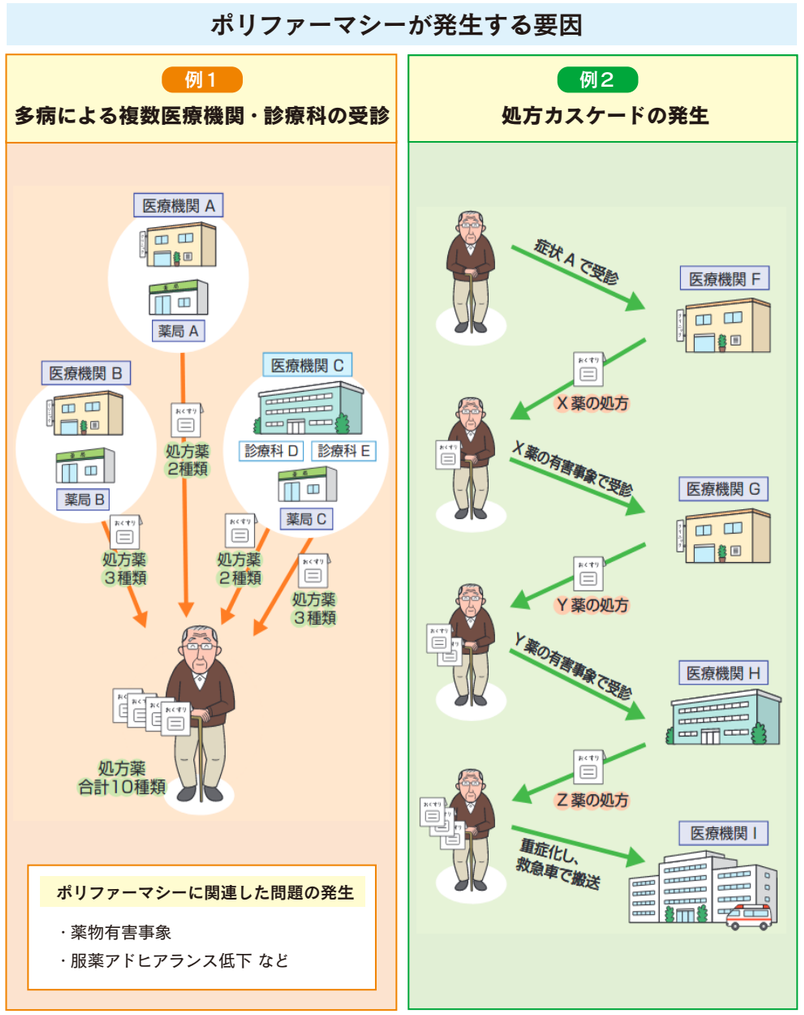
なぜ高齢者で副作用が起こりやすい？

高齢になると、肝臓や腎臓の働きが弱まることで薬が身体の中に残りやすくなり、薬が効きすぎてしまうことがあります。また、たくさんの薬を服用すると飲み合わせで薬が効きすぎたり、あるいは効きにくくなることで、副作用が出やすくなったり、期待する治療効果が得られないこともあります。

ポリファーマシーにより起きやすい副作用は、ふらつき・転倒、物忘れ、うつ、食欲低下、便秘、排尿障害など様々な症状があります。薬が追加されたり変更になった後は、こういった症状に注意しましょう。また定期的に処方内容を見直してもらうことも大切です。

ポリファーマシーチームの取り組み

飯塚病院では入院患者さんを対象に、医師・薬剤師・看護師が1つのチームとなり、ポリファーマシーへの取り組みを行っています。これまでにかかった病気や現在の症状、服薬上の問題点（薬の飲み忘れ、飲み間違い、飲み残し）、退院後の生活環境をもとに、患者さんの思いを尊重しながら薬の優先順位を考え、必要な薬かどうかを検討します。また高齢者が副作用を起こしやすい薬を避けるようにしています。



ポリファーマシーの形成／高齢者の医薬品適正使用の指針総論編（厚生労働省）より

ポリファーマシーをどうしたらいいの？

お薬が変わった時や追加された時は、いつもと違う症状がないか注意しておく必要があります。**気になる症状や薬が飲めない、余ってしまうなど困ったことがあれば、自己判断で薬をやめたり減らしたりせず、かかりつけの医師や薬剤師に相談しましょう。**急にやめると症状が悪化することがあります。

特に、複数の医療機関から薬を処方されている場合は、医師や薬剤師がすべての処方内容を把握できるように、お薬手帳は1冊にまとめ、医療機関を受診する際は必ず持参しましょう。（電子版お薬手帳もあります。）

さいごに

薬剤部のホームページでは、ポリファーマシー以外にも、チーム医療の活動やお薬の豆知識などを紹介しています。ぜひご覧ください。

薬剤部
ホームページ

IIZUKA HOSPITAL information magazine