

# 病院だより

## 高齢者と薬

町立和寒病院 薬剤師 宿谷 高典

高齢になると個人差もありますが、複数の持病を抱えていることが多く、飲む薬の種類も多くなります。また、慢性疾患が多いため服用期間も長期に及ぶことが多くなります。

とくに75歳を超えると6つ以上の薬を受け取る割合も4人に1人と増えています（厚生労働省「2014年社会医療診療行為別調査」より）。薬が6つ以上になると、重複投与、相互作用のリスクも高くなり、副作用が増えるといったことも分かってきています。



### 高齢者で副作用が増える要因（高齢者では効きすぎが多い）

口から飲んだ薬は胃や小腸で吸収され、血液を介して目的の組織に移行し、効果を発揮します。その後、薬は肝臓で分解（代謝）され、腎臓から排泄され効果が減少していきます。

高齢者は若者に比べて、細胞内水分の減少、脂肪量の増加がみられます。その結果、薬の血液中濃度上昇、脂肪組織への蓄積といったことが起こりやすくなります。また、肝臓・腎臓機能の低下により薬の分解（代謝）・排泄に要する時間が長くなり（蓄積され）薬が効きすぎてしまうといったことが起こります。



血液中濃度が同じでも加齢により薬への感受性が変化し薬が効きすぎるといったことも一部の薬でみられ注意が必要となります。

### 高齢者に多くみられる薬の副作用

高齢者に特に起こりやすい副作用は起立時、歩行時のふらつき・転倒、物忘れです。ある転倒の発生を解析した研究では、飲む薬が5種類以上でリスクが増加したと報告しています。転倒による骨折をきっかけに寝たきりになってしまう可能性もあります。その他、口渇、便秘、胃の痛み、食欲低下、排尿障害、おくみ、脱力感・倦怠感・イライラといった症状などがあります。



### 高齢者と薬との付き合い方

（日本老年医学会編集・一般向け冊子「高齢者が気を付けたい 多すぎる薬と副作用」から）



- ◎副作用を防ぐためには、可能な限り薬の数を減らすことも大事ですが、自己判断で薬の服用を調節（中止・中断等）することは避けましょう。
- ◎病気ごとに複数の病院にかかっているときや、市販の薬（OTC薬）や健康食品を使っているときも正確に医師や薬剤師に伝えましょう。お薬手帳は1冊にまとめましょう。
- ◎加齢とともに体の状態、薬の効果は変化します。薬がより安全に効果を発揮するためにもおやみに薬をほしがることは避けましょう。

## 自衛官募集

受験種別	応募資格	受付期間	試験日（会場）
自衛官候補生 （男・女）	18歳以上27歳未満 （採用予定月の1日現在）	受付中～12月8日（金） ※12月以降の試験も受付できませんが、採用予定数に達した場合は実施しません。	平成29年12月15日（金）、16日（土）（旭川） ※いずれか1日を指定できます。
陸上自衛隊 高等工科学校生徒 （一般）	男子で中卒 （見込含）17歳未満	11月1日（水）～ 平成30年1月9日（火）	1次 平成30年1月20日（土） 2次 平成30年2月1日（木）～4日（日） （1次試験-名寄、2次試験-旭川）

■お問い合わせ：自衛隊旭川地方協力本部 名寄出張所 TEL 01654-2-3921