

2020年3月24日

報道関係各位

一般社団法人 くすりの適正使用協議会

理事長 傑木 登美子

日本製薬工業協会

会長 中山 讓治

ポリファーマシーに関する一般の方向け啓発冊子

「あなたのくすり いくつ飲んでいますか？」を

RAD-AR・製薬協で共同制作、公開

～ 監修：東京大学 秋下雅弘教授及び厚生労働省 ～

一般社団法人 くすりの適正使用協議会（理事長 傑木 登美子、以下、協議会）と、日本製薬工業協会（会長中山 讓治、以下、製薬協）では、医薬品の適正使用の推進のため、ポリファーマシー問題の専門家である東京大学の秋下雅弘教授及び厚生労働省の監修のもと、ポリファーマシーに関する一般の方向け啓発冊子「あなたのくすり いくつ飲んでいますか？」を共同制作し、ホームページにWebサイト版およびPDF版を公開しました。



本件に関するお問合せ先

くすりの適正使用協議会 広報部 電話 03-3663-8891

日本製薬工業協会 広報部 電話 03-3241-0374

【経緯】

ポリファーマシーの問題につきましては、厚生労働省において、2017年4月に「高齢者医薬品適正使用検討会」を設置し、安全性確保に必要な事項の調査・検討を進め、2018年5月に「高齢者の医薬品適正使用の指針（総論編）」が、2019年6月に「高齢者の医薬品適正使用の指針（各論編（療養環境別））」が取り纏められています。これらの指針は、医師、歯科医師、薬剤師を対象としてまとめられたものですが、同検討会においては、患者さん、一般国民へのポリファーマシーに係る啓発の重要性についても指摘されています。

【目的】

高齢者のお一人おひとりに、高齢者でくすりが増える理由や副作用の起りやすさ、日ごろから注意しておくことを知っていただき、何か変だと感じたときには医療関係者への相談に繋げてもらうことを目的に、協議会及び製薬協が簡潔な啓発冊子を共同制作しました。

【活用】

両団体は、本冊子を薬局等の窓口への配架や各種イベントでの配布などで積極的に活用いただけけるよう、関係団体（日本チェーンドラッグストア協会、日本病院薬剤師会、日本保険薬局協会、日本薬剤師会）とも連携のうえ、一般の方々への普及啓発に努めてまいります。

一般の方向け啓発冊子のPDF版は、協議会のホームページから無料でダウンロードが可能です（製薬協のホームページにも協議会へのリンクを掲載）。

本冊子を高齢者のお一人おひとりに是非ご覧いただきたく、メディアの皆様がたにおかれましては、以下のURLアドレスやQRコードの普及等、ぜひともよろしくお願ひいたします。

なお、本小冊子については、厚生労働省より本日24日付で活用に関する事務連絡が各都道府県及び各関係団体宛てに出されています。

【“あなたのくすり　いくつ飲んでいますか？”の閲覧・PDFのダウンロード】

くすりの適正使用協議会ホームページ

URL <http://www.rad-ar.or.jp/use/polypharmacy/>

(QRコードからアクセスし、スマホからもご覧いただけます→)



【冊子の構成】

- なぜ、高齢者ではくすりの数が増えるの？
- なぜ、高齢者では副作用が起こりやすいの？
- 「なにか変だな」「いつもと違う」と感じたら？
- 相談する時は具体的にどうすればいいの？
- 日頃から、注意しておくことは？

【体裁】

A5 版カラー 4 ページ

【監修】

東京大学大学院医学系研究科老年病学教授 秋下 雅弘
厚生労働省

【制作】

一般社団法人 くすりの適正使用協議会
日本製薬工業協会

【ページ見本】



なぜ、高齢者ではくすりの数が増えるの？

高齢になると、複数の病気を持つ人が増えます。病気の数が増え、受診する医療機関が複数になることもくすりが増える原因となります。

75歳以上の高齢者の4割は5種類以上のくすりをしています。高齢者では、使っているくすりが6種類以上になると、副作用を起こす人が増えるというデータもあります。

なぜ、高齢者では副作用が起こりやすくなるので注意が必要です。

多くのくすりを服用しているために、副作用を起こしたり、せかんとくすりが飲みにくくなったりしている状態をいいます。飲み困难するくすりの数が多いことがあります。

監修：東京大学大学院医学系研究科老年病学教授 秋下 雅弘
厚生労働省
制作：一般社団法人 くすりの適正使用協議会
日本製薬工業協会

「なにか変だな」「いつもと違う」と感じたら？

くすりを飲んでいて、次のような症状が気になることはありますか？くすりが追加されたり、変わったりした後は、特に注意しましょう。

物忘れ 気分がしちじ 気分低下 おしつこがり 出にくい ふらつきめまい 便秘 便祕

医師、薬剤師に相談

気になる症状があつても、勝手にくすりをやめたり、処方したりするのはよくありません。くすりが多いからといって必ずやさすべきということではありません。くすりによつては、急にやめるご病状が悪化したり、思わぬ副作用がで出ることがあります。必ず、医師や薬剤師に相談しましょう。

相談する時は具体的にどうすればいいの？

●使っているくすりは、必ず全部伝えましょう。くすり以外で毎日飲んでいる健康食品やサプリメントがある場合は、その情報を伝えましょう。
●いつ頃から、どのような症状が出てきたのか、気になる症状についてメモしておきましょう。

●日頃から、かかりつけの医師や薬剤師を持って、処方されているくすりの情報を把握してもらっておくのが安心です。
●自分の処方されているくすりがわかるように、お薬手帳を持ちましょう。お薬手帳は1冊にまとめておきましょう。

もっと詳しいことが知りたい方は、一般社団法人日本老年医学会のホームページに掲載のパンフレットをご覧ください
多すぎる薬と副作用

【Web サイト誘導用 QR コードカード見本】



以 上