



# 高齢者とお薬の上手な付き合い方

高齢化が進み、かかる病気や服用する薬の種類・数が多くなっています。薬の形も、錠剤・カプセル剤・液剤・散剤（粉薬）・塗り薬・貼り薬・点眼薬・坐薬…など、たくさん種類があります。中には、自分の判断や思い込みで間違った服用方法をとっていることも、あるのではないのでしょうか。一般的に、高齢者が薬を服用するとき気を付ける点とは？

## 注意しなければならないこと

高齢者は若年者に比べ、薬の副作用の発症が多くなり、重症になる事が知られています。これは、加齢に伴う生理機能の変化です。薬を服用した場合、体内でどの程度薬理作用を発揮するかは、吸収・体内での分布・代謝・排泄によって変化する生物学的利用性(bioavailability)によって決まります。高齢者の場合、分布、排泄機能が低下しており、成人量の服用だと血中濃度が過剰に上昇し、効きすぎて副作用を引き起こすことがあります。

## 分布、排泄機能の低下について

排泄機能は肝臓、腎臓で行われますが、肝臓の代謝酵素活性の低下や腎臓のろ過作用の低下により、薬物血中濃度が高くなります。例えば、強心剤、ジタリスの排泄は腎機能と密接な関係にあり、腎機能障害で特に中毒を起こしやすいものです。また、高齢者は頭痛、関節リウマチ、坐骨神経痛、変形性

膝関節炎などで、痛み止めを長期間服用する傾向にあり、腎障害が出現する可能性も考えられます。

## 薬のさじ加減が大事

一般に薬は、成人量より少なめに投与を行い、個々の患者さんの状態を確認しながら、必要に応じて量を調節が必要です。特に血圧の薬や安定剤は注意が必要です。成人量の投与で問題が少ないのは抗生剤です。免疫機能低下で細菌感染を起こした時は、成人量を短期間、服用することがあります。また、定期的に血液の生化学的検査を行い、肝機能や腎機能をチェックして、副作用を起こさないことが大事です。

## 服用後に体調が変化したら

薬を飲んで体の具合が悪くなったとか、効きすぎて具合が悪かった気がする…など、医師や薬剤師にぜひ話を聞いて、適した量を決めていくことが最も大切です。くれぐれも自己判断で薬の増減をしないでください。電話で

## 基準薬局リスト

### 鹿角市

|            |               |          |
|------------|---------------|----------|
| 朝日屋薬局      | ☎0186-23-3031 | ☎23-7610 |
| かづの調剤薬局    | ☎0186-30-0085 | ☎30-0086 |
| 金山薬局花輪店    | ☎0186-23-5626 | ☎30-1666 |
| 黒沢薬局       | ☎0186-35-3200 | ☎35-3990 |
| すみれ調剤薬局小坂店 | ☎0186-29-5121 | ☎29-5122 |
| ナリタ薬局      | ☎0186-22-0028 | ☎22-1786 |
| 西村薬局       | ☎0186-37-2027 | ☎37-3368 |
| 花輪調剤薬局     | ☎0186-30-0066 | ☎30-0060 |
| 村木薬局       | ☎0186-22-0372 | ☎22-0472 |
| 薬局高橋屋      | ☎0186-37-4700 | ☎37-4701 |
| 柳沢薬局       | ☎0186-23-7562 | ☎23-7585 |

### 大館市

|               |               |          |
|---------------|---------------|----------|
| 相原薬局          | ☎0186-42-0293 | ☎42-0338 |
| 河畔薬局ジャスコ大館店   | ☎0186-43-4622 | ☎43-4677 |
| カマヤ薬局         | ☎0186-42-0406 | ☎42-8406 |
| 皇漢堂薬局本店       | ☎0186-48-3519 | ☎48-6963 |
| タカハシ薬局        | ☎0186-42-0312 | ☎45-1300 |
| タカハシ薬局三の丸支店   | ☎0186-49-2318 | ☎45-1301 |
| タカハシ薬局末広店     | ☎0186-42-0525 | ☎45-1302 |
| ツチャ薬局マックスパルコ店 | ☎0186-44-5088 | ☎44-5087 |
| 殿村薬局栄町店       | ☎0186-49-0915 | ☎49-1739 |
| ナカマチ調剤薬局      | ☎0186-43-4026 | ☎43-5788 |
| 能登屋薬局         | ☎0186-42-2727 | ☎42-8747 |
| ひまわり調剤薬局      | ☎0186-42-4162 | ☎43-3331 |
| ファミリー薬局       | ☎0186-42-8144 | ☎42-9232 |
| ホテヤ薬局         | ☎0186-42-2424 | ☎45-1187 |
| ホテヤ薬局いとく店     | ☎0186-49-1179 | ☎49-0129 |
| ホテヤ薬局御成町店     | ☎0186-42-4123 | ☎43-5171 |
| ホテヤ調剤薬局       | ☎0186-43-6400 | ☎45-1188 |

### 北秋田郡鷹巣町・比内町

|         |               |          |
|---------|---------------|----------|
| 昭和堂薬局   | ☎0186-63-0300 | ☎63-0323 |
| ひない調剤薬局 | ☎0186-45-4203 | ☎45-4031 |
| 北秋調剤薬局  | ☎0186-63-2510 | ☎63-1904 |
| 米代薬局    | ☎0186-62-0120 | ☎63-2087 |

### 能代市

|         |               |          |
|---------|---------------|----------|
| 赤玉薬局    | ☎0185-54-6074 | ☎52-3081 |
| 赤玉薬局駅前店 | ☎0185-53-4616 | ☎53-4619 |
| 赤玉薬局落合店 | ☎0185-89-1199 | ☎89-1210 |
| 河畔薬局    | ☎0185-52-3996 | ☎52-3997 |
| きく薬局    | ☎0185-52-0345 | ☎52-0321 |
| さいとう薬局  | ☎0185-89-1312 | ☎89-1314 |
| のしろ佐野薬局 | ☎0185-89-1566 | ☎89-1567 |
| はまなす薬局  | ☎0185-54-8866 | ☎54-8899 |
| ひがし薬局   | ☎0185-58-3878 | ☎58-3029 |
| ピノキオ薬局  | ☎0185-53-5600 | ☎53-5660 |
| やなぎ薬局   | ☎0185-54-6507 | ☎54-6533 |

### 山本郡峰浜村

|      |               |          |
|------|---------------|----------|
| 皆川薬局 | ☎0185-76-2052 | ☎76-2199 |
|------|---------------|----------|

### 秋田県薬剤師会

秋田市千秋久保田町6-6 TEL018-833-2334  
E-mail: info@akiyaku.or.jp  
http://www.akiyaku.or.jp

処方せん公文書の有効期限は処方日を含めて4日間です。

も構いませんので遠慮せず報告してください。多くの薬を服用している場合、併用の好ましくない薬もあり、十分注意が必要です。そのため、かかりつけの薬局をもち、お薬手帳を利用する事をお勧めします。薬の名前が覚えられなくても記録しているから安心ですし、市販薬を購入する際も相互作用を確認し、その人にあつた薬を薦めることができます。

### 多くの薬を管理する方法

たくさん薬を間違えず服用することは大変ですが、正しい服用で治療効果を上げ、副作用を起ささないことがもっとも大事です。バラバラになつて分からなくなることもあるので、服用する薬を一回分ずつまとめて、日付や服用時間ごとに、空き箱や小さな袋に入れて整理すると良いでしょう。飲んだことが分かる「投薬カレンダー」もあります。曜日、服用時間ごとに記入して「カレンダー」とするものです。ぜひ薬局で相談してみてください。また、家族や周りの人達が管理を手伝って

あげることも必要です。高齢者の場合は錠剤、カプセル剤などは包装から取り出してあげてください。「カラ」こと飲む人なんていないよ」と思われるかもしれませんが、そのまま飲み込み、のどに炎症や潰瘍を起した事例もあります。また、坐薬を「座つて飲み込む薬」と思っている方がおられますが肛門に入れる外用薬です。

### 一酸化調剤とは

一酸化は、一回に飲む薬を一つの包装に入れて、薬の飲み忘れや飲み間違いを防ぐためのものです。例えば、「朝」だけ服用する薬と、「朝と夕」服用する薬、「朝と昼と夕」に服用する薬が処方された場合、いつどれを飲むか忘れてしまう患者さんは少なくないと思います。「薬の種類が多すぎて、いつどれを、いくつ飲めばよいか分からなくなった」

「手先に力が入らないので、シートから取り出しにくい」「飲み忘れが多く薬が余つてしまう」などの理由で服用に支障をきたす患者さんは、医師の了解のもとで一酸化を行い、服用時のわずらわしい作業や負担を省くことができます。粉薬の入っている袋(分包紙)に朝・昼・夕それぞれ服用する薬を一回分ずつ分けて入れ、錠剤や散剤を「朝」「昼」「夕」「寝る前」「食前」「食後」にパックし、氏名、「朝」「昼」「夕」「食前」「食後」、薬品名などを印字します。一目で服用する薬が分かり、間違いもなくなり、一酸化は患者の服用状況の向上、適切な服用をサポートする調剤方法です。

通常、粉薬と錠剤が一緒に処方された場合、混ぜて調剤しますが、飲み込みができない患者には別々に調剤することもできます(ただし、主治医の指示が必要)。薬剤師も、主治医と連絡を取り、同様の調剤を行います。若干の手数料がかかる場合があります。また、薬の種類や薬局の設備によつて行えない場合もありますので相

談してみてください。「看護をされていて薬の準備がわづらわしい」といった家族や、介護する方の負担も軽減することができます。薬の管理が困難な方は気軽に医師、薬剤師に相談してください。

### 服用する際の注意

寝たきりの人に薬を飲ませる場合、注意が必要です。そのまま飲ませると、薬が胃まで到達せず、溶け出して炎症を起す可能性があります。一緒に飲む水の量が少なすぎても同じような状況になります。できるだけ座つた状態で飲ませましょう。

何のためにこの薬を飲むのか?治療の必要性和使命感を持つことが服用を維持させることだと思います。副作用の発見も患者さんや介護する方からの情報が必要です。早期に変化を知ることができず、ぜひ、質問、疑問、治療についてなど何でも相談してください。(薬局高橋屋 杉本和伴)