

高齢者と薬の副作用

Q：今年で80歳になり病気がちです。病院に行くたびに薬が増えていくようで副作用が心配です。高齢になるほど副作用が出やすいと聞きましたが、どうしてですか？

A：加齢により生理機能が低下することが主な原因です。特に肝臓（薬を無害な物質に変える）と腎臓（老廃物を排泄する）の処理能力が大きく影響します。

Q：薬の副作用を防ぐには、どんなことに気をつけたらよいでしょうか。

A：自分の病気をよく知り、使用する薬の名前を覚え、指示された用法・用量を守りましょう。

高齢者の受診状況

わが国は世界でも例を見ないスピードで高齢化社会に突入しています。かつては「無病息災」ともいわれましたが、今日では、高血圧、糖尿病などの生活習慣病に代表される各種の病気と上手に付き合っていく場合が多くなっています。

例えば、ある大学病院での報告によると、高年齢になるほど外来での受診科数は増加し、70歳代、80歳代では3科受診が約11%と最も多く、4科受診は70歳代（4.3%）、80歳代（3.3%）となっています（図1）。また、少数ですが5診療科にかかっている患者さんもいます。このように、年齢の増加とともに内科の基礎疾患に整形外科、眼科、泌尿器科など診療科も増えている現状が浮かび上がってきます。

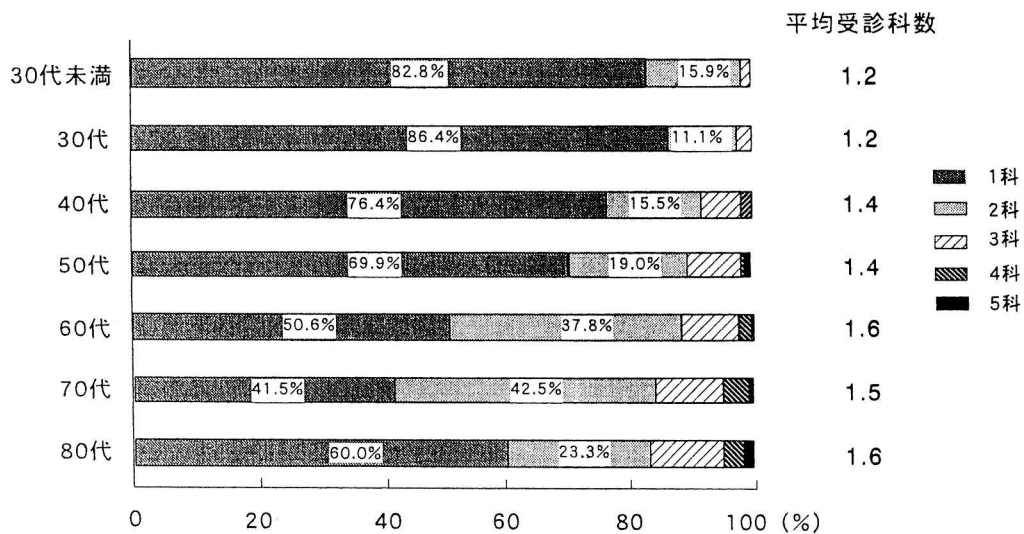


図1 年代別受診科数の割合⁽¹⁾

高齢者と薬の副作用

当然ですが受診する診療科が増えると、それに伴って薬の種類も増えることになります。市

販薬を含め、併用薬（一緒に飲む薬）のある人は6割にもなるという調査結果があります（図2）。また、各年齢層における1日の平均服用薬剤数をみると、70歳代が8.2剤と最も多く、次いで80歳代が7.4剤、60歳代が7.0剤となっており、以降、50代、40代、30代と若年化とともに服用薬剤数は減少します（図3）。また、血液透析患者さんや脳神経科などの患者さんや、高齢の患者さんでは多種類の薬を長期間服用するケースも稀ではありません。

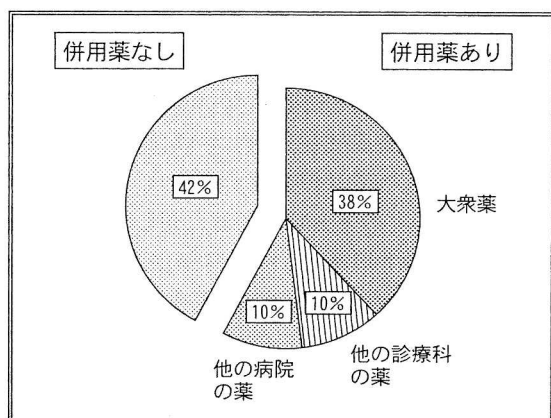


図2 高齢患者を対象とした併用薬剤に関するアンケート調査結果⁽³⁾

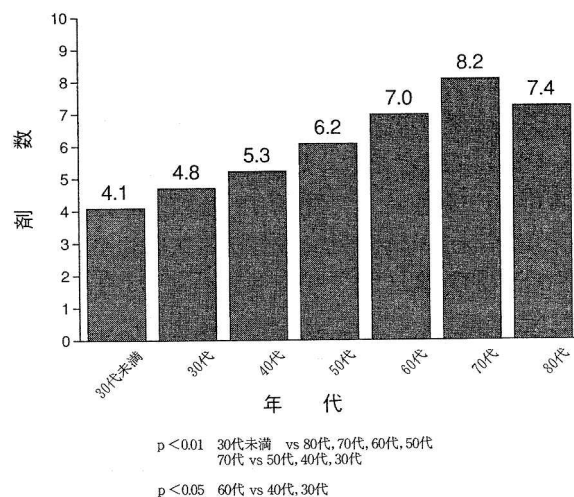


図3 年代別平均服用薬剤数⁽¹⁾

このような場合、薬による副作用、薬の飲みすぎ、飲み忘れ、飲み間違えなど、薬を正しく飲むことが非常に大事になります。特に副作用の発現が心配になってきます。

薬は多かれ少なかれ副作用が起こりうるものですが、実際に高齢になるほど副作用が出やすいことが分かっています。70歳代半ばころから、副作用の発生件数が急に増え、特に85歳以上では約20%の人に何らかの副作用が現れています（図4）。また、処方薬の数と薬害反応（副作用を含む）の頻度には相関が見られます。

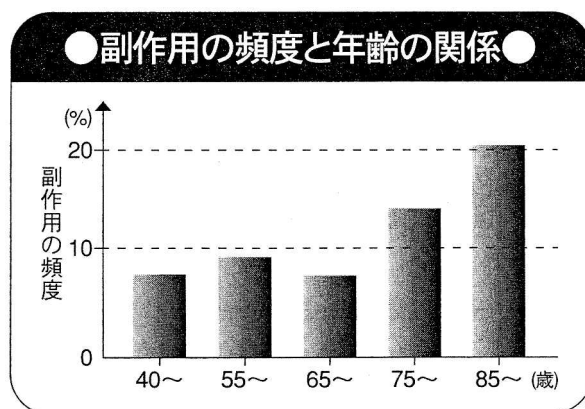


図4 副作用の頻度と年齢の関係⁽²⁾

副作用発現の原因

高齢者に副作用が出やすくなる原因として、生理機能低下に伴う薬の動きの変化、運動・感覚機能の低下があげられます。

① 生理機能低下に伴う薬の動きの変化

高齢者は、一般に多くの臓器に加齢に伴う機能低下（老化）をきたし種々の生理機能が衰えてきます。各組織での細胞数が減少するために、臓器重量の減少や臓器の代謝能が低下して、結果としてそれぞれの臓器が担うべき機能の欠損を招きます。

体内での薬の動きには肝臓（薬をより無害な物質に代謝する）と腎臓（不用になった老廃物を排泄する）が重要な役割を持っています。若年者に比べ高齢者においては、肝臓、腎臓のほか心臓、肺臓の機能低下が顕著になりますので、体の中の、すなわち血液の中の薬物濃度が高くなる傾向にあります。したがって、それだけ副作用が出やすくなる心配があります（図5）。

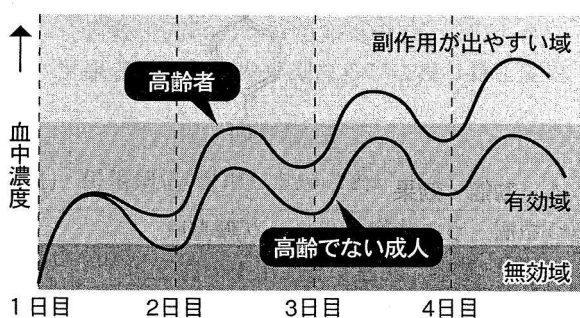


図5 薬の血中濃度の推移⁽²⁾

具体例として、高齢者では不眠傾向が強くなりますが、睡眠導入薬であるトリアゾラムでも高齢者の方が若年者に比べて、同じ用量でも高齢者の血中濃度が若年者に比べて2倍近く高くなっています。効果が強く現れるので、服用量は少なめにすることが必要です（図6）。

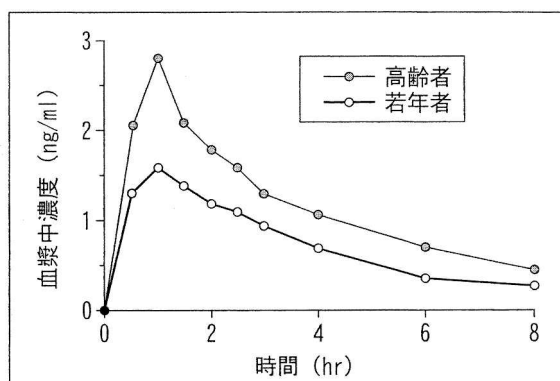


図6 若年者と高齢者におけるトリアゾラム(0,25mg)の血漿中濃度推移⁽³⁾

しかし、このような老化の程度は個人差が大きいため、治療効果や副作用発現については個別に評価する必要があります。

② 運動・感覚機能の低下

加齢に伴う運動・感覚機能の低下も重要です。筋力や平衡感覚の低下によりめまい、ふらつき、転倒などを生じます。記憶力の衰えから、薬の飲み忘れ、反対に飲んだことを忘れて2度飲みする、用量用法を忘れるなど、重大な副作用につながるようなケースもあります。また、視力障害によって服薬についての注意事項を読み違えたりすることもあるので、要注意です。

薬を正しく用いて副作用を防ぐには

- ① 自分の病気をよく知り、薬の名前、用量・用法を覚えましょう。
- ② お薬手帳を有効に活用し、病院や薬局からのお薬説明書を読み、大事に保存しましょう。
- ③ 飲み忘れを防ぐ工夫をしましょう。
- ④ 体調の変化（特に薬を飲んだ後の）に注意し、記録しましょう。例：薬疹、発熱、頭痛、下痢、吐き気、眠気、だるさ、など。
- ⑤ 信頼できる「かかりつけ薬局・薬剤師」を持ち、トータルで貴方の健康相談のパートナーになってもらいましょう。

【参考文献】

- (1) 望月真弓：きょうの健康、NHK（2006.11）
- (2) 京谷裕之ら：日病薬誌、37.4（2001）
- (3) 厚生省・日本医師会：高齢者における薬物療法の手引き、薬事時報社（1995）