



Q 薬をやめたいのですが……

二五歳の娘が、一四年前からてんかんの薬と、その後睡眠薬も加わり現在四種類の薬を飲んでいきます。昼間ボーッとして注意力も意欲もなくなってきたように思います。それで発作も起きてないし、副作用もこわいので、飲む量を減らし、また飲み忘れても飲まないままにしております。薬はいろいろ言われこわいので、飲ませたくありませんが、全く飲まないのもまた不安です。このままでいいでしょうか？

(神奈川県 母親)

A 服薬指導を受け、薬は正しく使う

薬は飲まないで済むなら飲まないにこしたことはありません。しかし、健康のリズムがこわれ、医師の診断を受けて薬が処方されたら、用法用量を守って正しく服用してください。薬にはいろいろな作用があり、両刀の剣に例えられるように好ましい作用（効果）と好ましくない作用（副作用）をもち合わせています。副作用のない薬はないと言ってもよいくらいですが、医師は最も治療効果が高く最も副作用の少ない薬を選び、年齢、体重、病状を総合的に判断して、服用量を決めていきます。自己判断で勝手に薬の量を減らしたり服用しなかつたりすると、薬の効果が十分発揮されないばかりか、リバウンド現象といってかえって病状が悪化することもあります。またこのことを医師が知らずにいると、薬の効き目が十分でないと勘違いして、量を増やしたり薬の種類を増やしたりすることになり、かえって危険です。

さてご質問の件ですが、睡眠薬は翌朝に眠気、ふらつき、めまい、頭痛、倦怠感などの症状が出てくることがあります。薬の作用が次の日まで残るからです。減量もしくは作用時間の短いタイプの睡眠薬に変えることも可能と思われますので、医師に昼間の状態を正確に伝えてご相談ください。

また睡眠薬を飲んで、よく眠れるようになったからといって、突然服用を中止するとかえって不眠症が悪化することが



あり、やめるときは徐々に飲む量を減らしていく必要があります。自分の判断で服用を中止するのではなく、必ず医師に相談してからにしましょう。

次に抗てんかん薬についてですが、てんかんという病気そのものを治すことは難しく、抗てんかん薬を飲むことによりて発作の起こらないようにする、いわゆるコントロールをしているわけで、自覚症状（発作）が出なくなっただけから病気が治ったというわけではありません。発作を抑えながら、自然治癒力で、発作の火種が消えるのを待っている、すなわち活火山が休火山として死火山になるのを待っているようなものです。医師の指示通りの用法・用量を守ってください。

この薬もまた急に中断するとリバウンド現象を起こすことがありますので、徐々に減量しながらやめる必要があります。飲み忘れや勝手な減量や中断をしたときは必ず医師に伝えましょう。

医師の指示通りに服用しないことをノン・コンプライアンス（服薬の不履行）といい、治療を妨げる大きな要因の一つになっています。しかし、この薬は何の薬で、どういう目的で処方され、どういう効果（主作用）と副作用があるかを十分理解して初めて、薬を積極的に服用できるのかもしれないね。

「インフォームド・コンセント」とは、「医師は患者に、病状や治療方針（使用する薬剤も含む）をわかりやすく十分に説明を行い、患者の（あるいは家族の）同意を得たうえで治療を行う」という考え方ですが、言葉が浸透したわりには実態はまだまだのようです。

薬事法、薬剤師法の改正で、今年四月より、薬の情報提供に関し、薬剤師の責任が強化されます。薬剤師会でも「ゲット・ジ・アンサー（薬のことをもっと知ろう）」と、新聞広告やポスターで皆様に呼びかけておりますので、何か薬のことでわからないことや疑問に思うことがありましたら、どうぞお気軽にお尋ねください。

（薬剤師 本誌編集委員 明石洋子）

■あなたがいま、困っていることや悩んでいることなどの質問を、全日本育成会「Q&A」係までお寄せください。