

薬の伝言板

ポリファーマシー



No342 2026年5月
丸子中央病院 薬局


薬の数が増えてくると気になる方もいらっしゃると思います。一人の患者さんが多数の薬を同時に使用している状態のことを『**ポリファーマシー**』と言います。今回はポリファーマシーについてお話します。

ポリファーマシーとは

ポリファーマシーは単に薬の数が多いことではなく、多くの薬を飲むことで副作用が増えたり、飲み間違い・飲み忘れが起きたりして、患者さんに不利益が出ている状態を指します。

高齢の方では、持病が増えることで自然と薬の数も増えやすく、特に注意が必要とされています。



 多くの日本の解説や行政資料では、次のように説明されています

- 5種類以上の薬を同時に服用している状態を「ポリファーマシー」と呼ぶことが多い。
- 特に高齢者では、5剤以上で副作用や飲み間違いなどのリスクが高まるため、注意すべき状態として扱われることが多い。

ただし「何剤以上」といった数だけで決まるものではなく、最近は次のような考え方が重視されています。

近年重視される考え方

たとえ薬が多くても、明らかな必要性があり、副作用や管理の問題が少なければ、必ずしも問題のあるポリファーマシーとは限らないとされています。



📌 薬が増える主な原因

ポリファーマシーは、一つの理由だけでなく、いくつかの要因が重なって起こることが多いです。



👴 高齢化と持病の増加

高齢になると複数の慢性疾患を同時に抱えやすくなります。その結果、一つひとつの病気ごとに薬が増え、合計の薬の数が多くなりやすくなります。

🏥 受診先の多さと情報共有不足

内科、整形外科、皮膚科など複数の医療機関にかかっていると、互いの処方内容が十分に共有されず、似た薬が重なったり、減らす機会がなくなったりします。

⚠️ ポリファーマシーで起こりやすい問題

- めまい、ふらつき、転倒などの副作用が増える。
- 眠気や物忘れが強くなる。
- 飲み合わせの悪さで別の症状が出る。
- 飲む回数や種類が多く、自己管理が難しくなる。



🩺 対策の基本



- 医師や薬剤師に「全部の薬」を見てもらい、必要性をまとめてチェックしてもらいましょう。
- かかりつけ医・かかりつけ薬局を決めておきましょう。
- お薬手帳を一冊にまとめ、受診や薬局に行くたび必ず提示しましょう。

自己判断で薬をやめると病気が悪化することもあるため、「減らしたい・心配がある」ときは、必ず医師や薬剤師に相談してください。