医療コラム 国保でわかる！健康安心！

獨協医科大学　種市　ひろみ

薬は飲み続けなければならない？

今回は、お薬についてお話ししたいと思います。

先日、ある人から「血圧のお薬がとてもよく効いてね。もう大丈夫そうだし、血圧下げる薬飲まなくてもいいかな」と聞かれました。もちろん、答えは「Ｎｏ！」です。風邪をひいたら、風邪薬を飲むと数日で元気になります。けがをしたら、お薬を塗ってしばらくしたら治っていきます。でも、残念ながら高血圧、糖尿病、心疾患、難病など、自然に治りづらい病気にかかっている患者さんは、長期にわたりお薬を飲み続けなくてはなりません。つまり、病気を治すのではなく、お薬などで病気をコントロールしながら、病気と仲良く暮らしていくことが大切になってきます。

薬にかかる医療費の推移

では、医療費の視点で考えてみましょう。日本の医療費が年々増えていることは、ニュースなどでご存じですね。

もちろん下野市の医療費も同じです。医療費を大きく「入院」「外来」「歯科」「調剤」に分けてグラフにしてみました。「調剤」、つまり皆さんが外来で処方されているお薬にかかるお金ですが、平成に入ってからぐんぐん伸びていることに気づかれましたか。

高血圧などの生活習慣病の方が増えたことや、良いお薬が開発され、お薬を飲みながら入院せずにご自宅で暮らせている方が増えたこともその理由です。平成23年度の下野市国保医療費の円グラフをみてわかるように、外来受診されている方にかかる医療費（外来と調剤）は入院よりもずっと多く、約6割を占めています。

獨協医科大学看護学部で在宅看護学の講師をし、また下野市の医療費データを基に市民の健康状況や疾病状況について、調査・分析を行っています。

「薬局で調剤」の理由

実は、平成に入ってから調剤の割合が伸びたもう一つの理由があります。

以前は外来で診察を受けて、その病院でお薬をもらって帰りました。でも今は、病院で受診、薬局で調剤という様に変わってきました。「病院でお薬を出してもらった方が楽だったのに」という声も聞かれます。では、なぜ「薬局で調剤」になったのでしょうか？

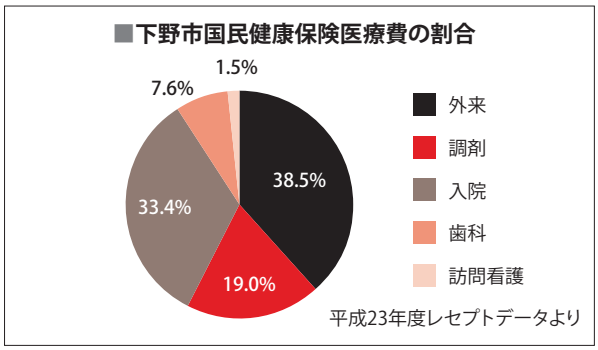
その理由として、複数の病院（例えば内科や整形外科、眼科など）にかかる方が増えたことが真っ先に挙げられます。薬剤師が、調剤に来られた方がどんなお薬をどのくらい飲んでいるのかを把握していれば、効果の同じようなお薬の重複に気づいたり、副作用や服薬ミスを回避することもできます。お互いのことがよくわかり合えている「かかりつけ薬局」で調剤してもらえると、さらに効果的ですね。

お薬との付き合い方

「このまま飲み続けても大丈夫？」「この薬をなぜ飲まなくてはならないの？」そんな気持ちになることもあると思います。でも、自分で判断してお薬を減らしたり、止めたりしないでください。主治医は、ちゃんとお薬を飲んでいると思っていますから、症状変化に合わせてさらに効果の高い（強い）お薬を出すことになります。結局、飲まないお薬はゴミ箱行き、病気のコントロールが難しくなり、もしかしたら副作用を引き起こすことも…良いことなしです。

年を重ねるごとに一つ一つ病気を抱えていきます。お薬の管理も大変です。もしお薬に疑問があれば、あなたのまわりにいる主治医、薬剤師、看護師などに相談してください。よいアドバイスが得られますよ。

健康を保ち、無駄な医療費がかからないようにするために、お薬のこと見直してみませんか。



しもつけクイズ　問3　下野市民（成人）のうち、禁煙を希望している喫煙者はあまりいない。○か×か？