

教えて ホムドクダ

読者の方には、馴染みのないお話からです。厚生労働省によって2年に一度行われる診療報酬改訂で、昨年4月、睡眠薬などに対する重要な変更がありました。診療報酬とは、医療機関の診療や薬局の医薬品に対して保険から支払われる報酬です。

具体的には1回の処方において、3種類以上の抗不安薬、3種類以上の睡眠薬(睡眠導入剤)、4種類以上の抗うつ薬また4種類以上の抗精神病薬を投与した場合、精神科継続外来支援・指導料、処方料、処方せん料および薬剤料についての減算規定を設けたものです。平たく言うと、「たくさん精神科の薬を処方する医師には、その診療行為に対するお金を安くしよう」というものです。では、どうしてでしょうか。

精神科の薬には、抗不安薬

不眠症の投薬治療



精神科医

塩入俊樹氏

睡眠薬、抗うつ薬、抗精神病薬などがあり、当然、医師の処方がないと服用できません。そしてこれらの効果は心(精神)、つまり脳に直接的に生じるものであり、そ

薬には、①ベンゾジアゼピン系(12種類)②非ベンゾジアゼピン系(3種類)③メラトニン受容体作動系(1種類)があります。ベンゾジアゼピン系薬物とは、同じような化学構造式(ベンゾジアゼピン骨格)を持つ化合物の総称ですが、その中には睡眠作用が強いため睡眠薬として用いられる他、抗不安作用が優れた抗不安薬(17種類)、抗てんかん作用

自律神経症状、不安などの症状が現れることです。つまり、ベンゾジアゼピン系の睡眠薬や抗不安薬を安易に長期間服用すると、止め難くなるのです。

長期服用で止め難く

の規制も体に効く薬よりもかなり厳しくなっています。具体的には「麻薬及び向精神薬取締法」という法律によつてです。つまり、精神科の薬(精神に効果が向かうので向精神薬といえます)は、その取り締まりは麻薬と同じなのです。

このように規制の厳しい向精神薬のうち、睡眠薬にはどんな種類があるのでしょうか。現在わが国の医療機関で主に用いられる睡眠

を有する抗てんかん薬(4種類)などがあります。したがって、睡眠薬と抗不安薬の中心はベンゾジアゼピン系薬物(29種類)です。そしてこの薬には、**耐性・依存**・**離脱**といった重篤な副作用があるため、**1カ月を超え長期投与は慎重にせねばなりません**。なお、**耐性**とは服用を継続していくうちに効果が減弱し量が増えること、**離脱**とは薬を止めることで**不眠の悪化・再燃(反跳性不眠)**、

「る乱用が反映されたものだ」とし、**警鐘を鳴らしています**。さらに、**抗うつ薬や抗精神病薬の多剤併用傾向も問題になっています**。

このような状況を踏まえ、**抗不安薬、睡眠薬、抗うつ薬及び抗精神病薬の適切な投薬を推進する観点から、今回の改訂となったのです**。「眠れないから」といって安易に薬に頼るのは、よくありませんね。(岐阜大学医学部付属病院教授)

不適切な処方パターンに警鐘

◎遺伝子レベルで若さ保つ
体に良い効果が報告されている地中海式ダイエットは、遺伝子レベルで若さを保つのに役立っている。米ハーバード大などのチームがそんな研究結果を英医学誌BMJに発表した。地中海式ダイエットは野菜や果物、ナッツ、豆類、穀類、オリーブオイルを多く食べ、肉よりも魚、ワインなどの適度な飲酒を特徴と

メデイカル情報

する食事。
チームは約5千人の女性看護師について生活様式や健康状態を10年以上追跡した調査結果と、染色体の末端にあって長さが余命の目安とされるテロメアという部分の解析結果を分析した。
その結果、地中海式ダイエットに近い食事をしている人ほどテロメアが長いことが分かった。

れている。キリンと小岩「リ」(税別143円・キ

メデイカル情報