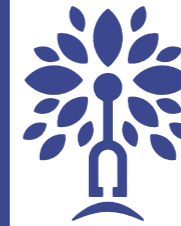


吹田市民病院 だより No.96



〒564-8567 吹田市岸部新町5番7号
TEL (06)6387-3311
FAX (06)6380-5825
メール shomu@mhp.suita.osaka.jp
ホームページ
https://www.suitamhp.osaka.jp



市販薬過剰摂取 「オーバードーズ」について

薬剤部



若者を中心に広がるオーバードーズ問題を防ぐために、正しい知識と適切な使い方を一緒に考えていきましょう。

「オーバードーズ」ってなに？

薬を使うときの1回あたりの用量 (dose) が過剰である (over) こと、または薬物の過量摂取に及ぶ行為のことをオーバードーズ (OverDose : OD) といいます (濫用「乱用:らんよう」ともいいます)。

傾向と特徴

オーバードーズ経験のある高校生の特徴と、オーバードーズ経験のない高校生との比較を以下に示します。

出典：薬物使用と生活に関する全国高校生調査2024 (国立精神・神経医療研究センター)
https://www.ncnp.go.jp/nimh/yakubutsu/report/pdf/highschool2021.pdf

- **男性より女性が多い**
(女性は、意外に非行歴がなく学校にも通い続ける表面上『よい子』とされる傾向がある)
- **生活習慣での特徴**
(睡眠時間が短い、朝食を食べない頻度が高い、インターネットの使用時間長い)
- **学校生活での特徴**
(学校が楽しくない、親しく遊べる友人や相談ができる友人がいない)
- **家庭生活での特徴**
(親に相談できない、大人不在で過ごす時間が長い、家族との夕食頻度が少ない)

社会的に孤立した状態が
オーバードーズを招く要因



オーバードーズがやめられない方！
一人で抱え込まず御相談ください。
相談はODをしている本人でなくてもできます。



「相談窓口」等はどこですか？

- **精神保健福祉センター、各都道府県薬務課等**があります。

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/iyakuhin/yakubuturanyou/other/madoguchi.html>

つらい気持ちやODをやめたくてもやめられないことについては精神保健福祉センター、医薬品の正しい使い方については各都道府県の薬務課・薬剤師等に御相談ください。

- ➔ 厚労省のホームページ「一般用医薬品の乱用(オーバードーズ)について」も参照してください。 <https://www.mhlw.go.jp/index.html>



薬剤部長より

市販薬の外箱には、「いつ使うのか」「どのくらい使うのか」「どんなことに気をつけなければならないか」等大切な情報が書かれています。説明に従って使用方法や使用量を守って使いましょう。「濫用等のおそれのある医薬品成分」を含んでいる医薬品であっても、用法用量を守って服用し、症状が改善したら服用を中止すれば依存症になることはありません。御安心ください。

かかりつけ医をお持ちですか？

かかりつけ医をご紹介します

当院は地域医療支援病院として地域の病院や診療所との機能分担を推進しています。また、急性期病院として専門的な医療を提供する機能を担っており、症状が安定した患者さまには地域のかかりつけ医をご紹介します。

かかりつけ医をお持ちでない患者さまは、お気軽に患者支援センターまでお越しください。

かかりつけ医 紹介 連携 市立吹田市民病院

初診診療 紹介 連携 専門的医療 急性期医療 入院診療 手術

患者支援センター

市立吹田市民病院
SHITA MUNICIPAL HOSPITAL

日頃の健康状態を知っていて、気軽に何でも相談できる地域の医療機関(診療所・クリニック)「かかりつけ医」があれば、体調等に関して様々なことが相談できます。また、入院や精密検査が必要な場合は、症状に合った適切な医療機関を紹介してくれます。

患者支援センターでは近隣の「かかりつけ医」を御案内しています。また、当院ではかかりつけ医が必要だと判断した場合に診察予約・検査予約をしていただいています。

ホームページよりアクセスしていただき、当院の登録医療機関を気軽に検索していただけます。ぜひかかりつけ医をお持ちでない患者さんは、御活用ください。

かかりつけ医検索システムはコチラ➔



当院におけるがん診療について

当院は、がん医療水準の向上及び安心かつ適切ながん医療が選択できることを目的として大阪府が指定する「大阪府がん診療拠点病院」に認定されています。がんについて、当院ホームページにて解説をしていますので、記載のQRコードから御確認ください。

当院ホームページ
「覚えておきたい「がん」のこと」➔



平素より吹田市民病院だよりを御愛読いただきありがとうございます。
御意見がございましたら市立吹田市民病院まで御連絡ください。

●編集・発行 市立吹田市民病院 広報委員会

きっかけってどんなこと?

「つらい気持ち」や、「嫌なことがあったり、なんだかもやもやしていたり…」そんな気持ちや生きづらさを「オーバードーズで変えられる」、と思ったり、SNS等で、「オーバードーズをしたら楽しかった」「つらい気持ちがODで和らいだ」「ふわふわ気持ちよくなって、嫌なことが忘れられる」と言った体験談を見て、「興味をもったり」「一度試してみよう」という気持ちになることがきっかけであることが多いと考えられています。

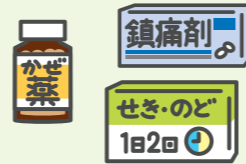


「オーバードーズ」は危険です

飲み過ぎを繰り返すうちにそれまでの量では効かなくなってしまうため、より大量に服用してしまう結果、身体に大きなダメージを与えてしまい、救急搬送されたり、死亡する場合があります。

市販薬ってなに?

かぜ薬や胃腸薬等、町の薬局やドラッグストア等で販売されている薬のことです。薬局のカウンター越しに購入できることから「OTC(オーティシー)医薬品」とも呼ばれています。(OTCは「Over the Counter」の略です)



医薬品の分類

一般的に、医薬品は病院等で処方してもらう「医療用医薬品」と、処方せんがなくても薬局やドラッグストアで購入できる「OTC医薬品」に分かれます。さらに、「OTC医薬品」は「要指導医薬品」と「一般用医薬品」に分かれており、種類ごとに販売や購入についてそれぞれ決まりが定められています。以下の表にまとめています。薬局やドラッグストアで入手が容易、また置き薬として家庭に常備しているかぜ薬やせき止め、解熱鎮痛剤等のオーバードーズが問題になっています。

	医療用医薬品 (処方せん必要)	OTC医薬品 (処方せん不要)			
		要指導 医薬品	一般用医薬品		
			第1類 医薬品	指定第2類 医薬品	第2類 医薬品
購入場所	病院 調剤薬局	薬局 店舗販売業 (ドラッグストアなど)			
購入方法	対面 オンライン	対面購入	対面・インターネット購入		
対応する 専門家	薬剤師		薬剤師 登録販売者		
購入時の対応	服薬指導 (義務)	情報提供 (義務)	情報提供 (努力義務)	相談に対応	

オーバードーズのおそれのある市販薬の有効成分はなんですか?

具体的には以下の6つの成分を有効成分とする医薬品が該当します。

- ・「エフェドリン」 …… 興奮作用を持つ成分
- ・「コデイン」 …… 鎮がい去たん薬に使われる成分
- ・「ジヒドロコデイン」 …… 鎮がい去たん薬に使われるコデイン類似成分
- ・「ブロモバレリル尿素」 …… 鎮静作用を持つ成分
- ・「プソイドエフェドリン」 …… エフェドリン類似の鼻粘膜充血除去成分
- ・「メチルエフェドリン」 …… エフェドリン類似の気管支拡張成分

ほとんどが「第1類医薬品」または「指定第2類医薬品」に分類されています。

薬剤部長より

上記6つの成分を有効成分とする医薬品のことを「濫用等のおそれのある医薬品」として国から指定されています。

さらに、お薬の作用、依存性、濫用の実態等を踏まえ、

- ・「デキストロメトルフアン」 …… せき止めに使われる成分
- ・「ジフェンヒドラミン」 …… アレルギー性疾患防止成分

の2成分が令和8年5月1日に追加指定される予定です。

名称も「濫用等のおそれのある医薬品」から「**指定濫用防止医薬品**」に変更される予定です。



青少年に広がる市販薬乱用のリスク

これらのかぜ薬やせき止め薬等が、かぜやせきの症状を抑えるためではなく、感覚や気持ちに変化を起こすために大量に服用(オーバードーズ)することが、特に青少年で問題となっています。

用量以上の服用は心身への負担が大きく、注意が必要となります。

高校生の市販薬乱用率

過去1年以内に市販薬のオーバードーズ経験ありが高校生の約**70人に1人**
高校生全体**1.4%** 男子**0.9%** 女子**1.7%**

決して特別なケースではなく、身近な高校生にも起きている問題です。市販薬は正しく使えば役立つ一方、誤った使い方は健康被害につながるため、早期の気づきと予防が重要です。



出典：薬物使用と生活に関する全国高校生調査2024 (国立精神・神経医療研究センター)
<https://www.ncnp.go.jp/nimh/yakubutsu/report/pdf/highschool2021.pdf>