



# かひはし

236号

2025年6月

ご自由にお持ちください

特集

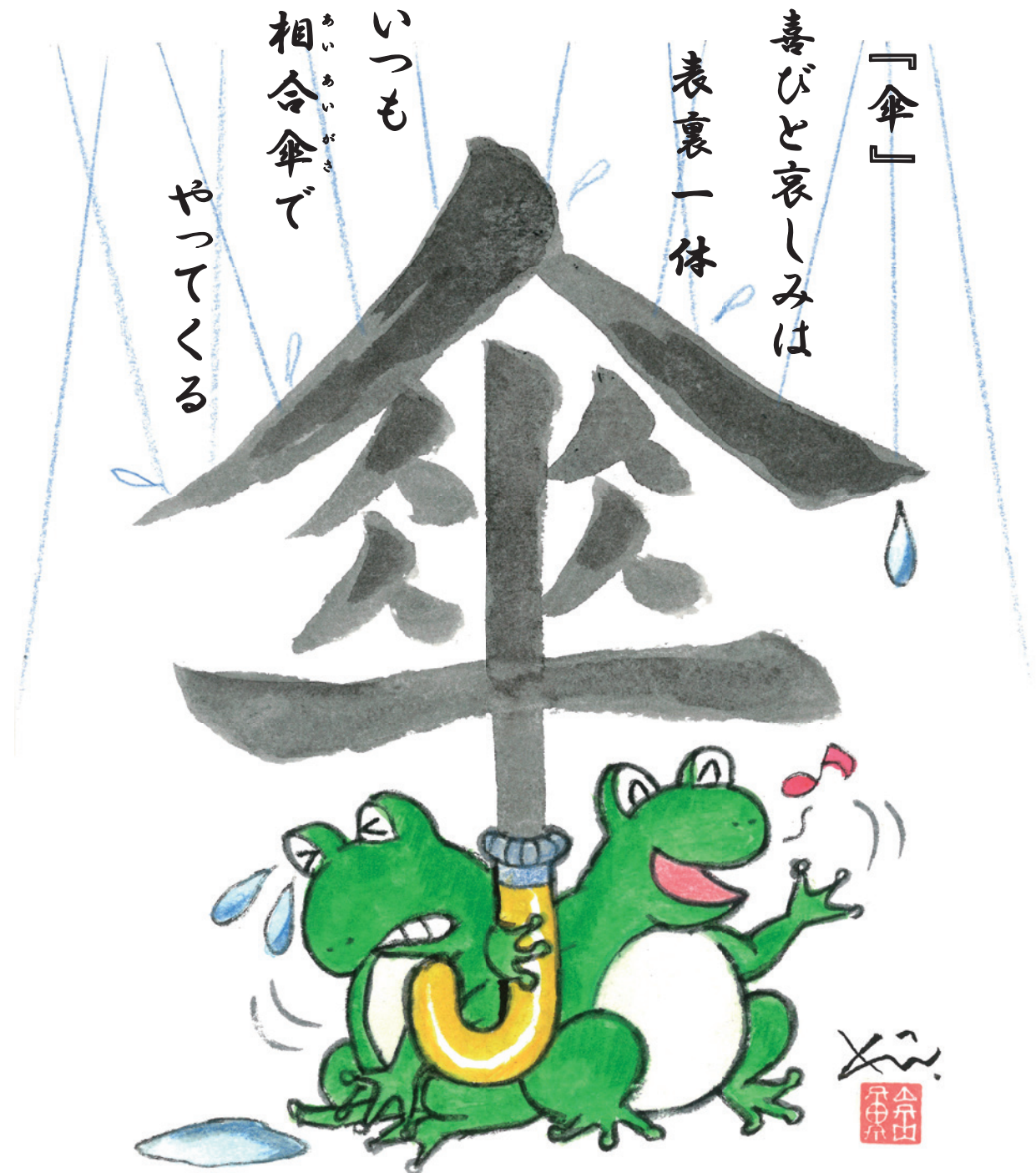
あなたは薬いくつ飲んでいきますか？

高齢者のポリファーマシー問題

リハビリ通信

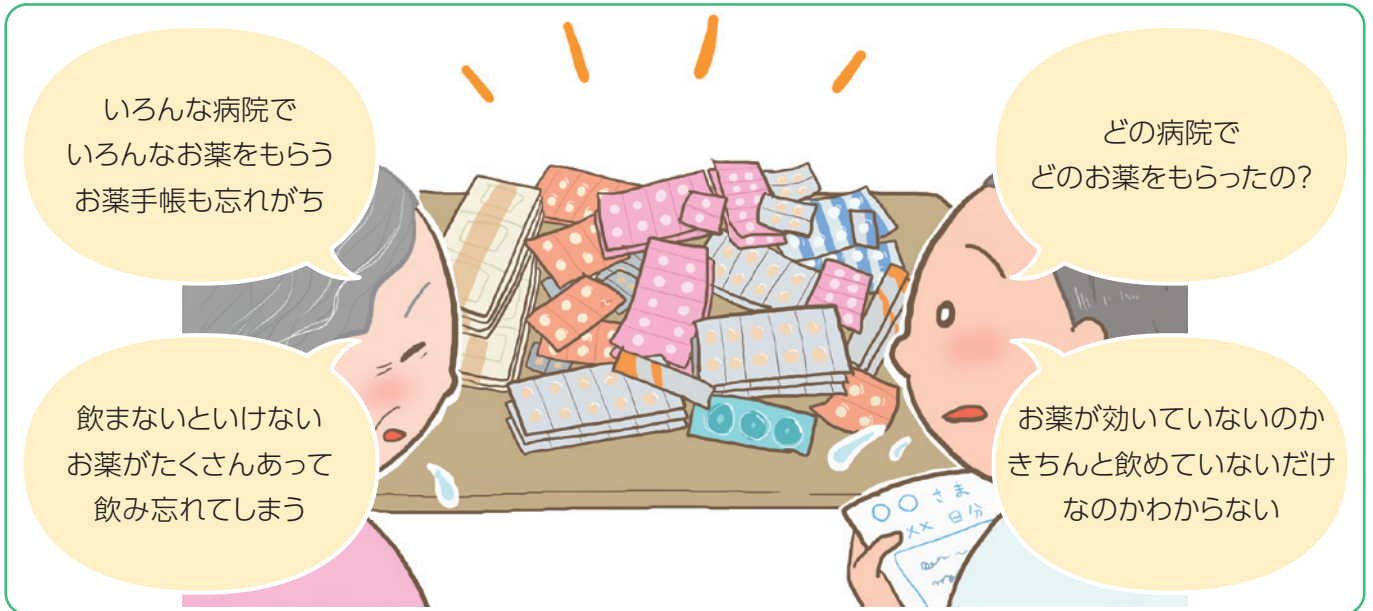
軽度認知障害 (MCI) をご存じですか？

～認知症の“手前”に気づくことが大切です～



作：南 久美子

# あなたは薬いくつ飲んでいますか？ 高齢者のポリファーマシー問題



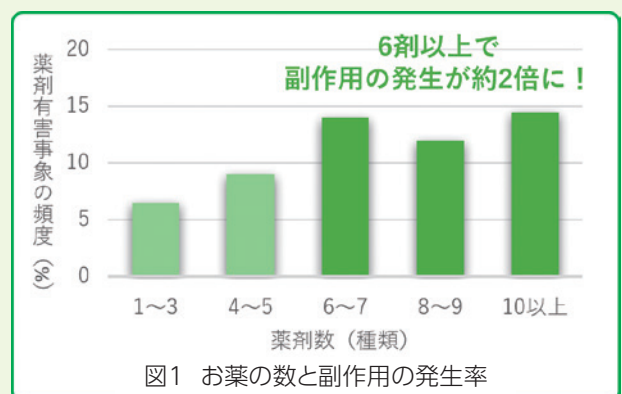
## 1. ポリファーマシーとは？

ポリファーマシーとは、複数の薬を服用することで、体に様々な悪影響が出てしまう状態を指します。具体的には、副作用のリスクが高まったり、薬の飲み間違いが起こったり、飲まない薬が余ってしまったり(残薬)、薬同士が相互作用して効果が強すぎたり弱すぎたりするなどが挙げられます(図1)。具体例を挙げるとすると「発熱などの体調不良により食欲不振になる→脱水により腎機能が急激に低下する→解熱剤を飲むことでさらに低下する→飲んでいる薬の代謝が全て落ちる→副作用が一度に出やすい状態になる」といった悪循環に陥ることも少なくありません。

ポリファーマシーは近年の高齢化に伴い、より問題視されるようになってきました。年齢を重ねるにつれて、複数の病気を抱えることが増えていきます。患者さんによっては1カ所の受診では済まず、複数の病院で診てもらうといったこともあるのではないのでしょうか？

その結果、別々の病院で処方された薬を同時に服用するといったことが起こります。また必要のない薬を患者さんが漫然と飲み続け、やめどきが分からなくなっている場合も少なくありません。

さらに認知症の症状がある患者さんの場合、薬の飲み忘れが起こりやすくなります。医師は患者さんが薬を正しく服用していることを前提として処方を行っているため、飲んでいる薬が患者さんには効いていないと判断し、本来必要のない薬を新たに処方してしまうこともあります。



## 2. お薬の疑問 Q & A

**Q1** お薬の見直しはどうすればできるのですか？

**A1** 急な体調不良が生じた場合、一時的に休薬すべき薬は沢山あります。入院・入所や担当医の交代時、血液検査で異常があったときなども見直しのよいタイミングです。長期的には、どの症状・疾患が自分にとって重要なのか、年とともに治療の優先順位を見直していくことで、漫然と飲み続けなくてもよい薬がはっきりします。

**Q2** 複数の医療機関を受診しています。誰に相談すればいいのですか？

**A2** かかりつけ医がいれば、まずは相談にのってもらいましょう。難しい場合は、総合診療や総合内科の医師を紹介してもらうか、かかりつけ薬局の薬剤師なら、全科の薬を相談できます。医療機関をまたぐ場合の相談は、診療情報提供書があると助かります。少なくとも、お薬手帳は忘れないように。

**Q3** 薬を減らすと不安になります。本当に減らさないとダメですか？

**A3** 信頼できる医師と相談し、効果が不明確な薬から休薬したり、より安全な薬への変更や、より少なくて済むか、飲みやすく単純化できるか考えます。メリットとデメリットを天秤にかけながら、納得した上で、時間をかけて段階的に減らしましょう。ただし緊急時には、一度に薬を減らすべきときもあるので、担当医によくお聞きください。

## 3. ポリファーマシーへの取り組み「DRUGS(ドラッグス)」について

以下は少し医療者向けですが、ポリファーマシーへの取り組みをまとめたものです。頭文字を取って「DRUGS(ドラッグス)」と名付けました。患者さんのご家族、また周囲の関係者の方にもぜひ知っておいていただきたい内容となっています。

薬の種類や量が多い、気になる症状があるなどの場合は、自分で飲むのをやめたりはせず、まずは医師や薬剤師に相談するようにしてください。

<b>D</b> agnosis & Drug information	新たな症状が出たら薬の添付文書を確認。複数の薬を飲んでいる場合、記載されている頻度以上に副作用が出る可能性があり、中止すると改善することもある
<b>R</b> enal dysfunction & Reduction	腎機能が低下している場合は飲んでいる薬の種類と量を減らすことを考える
<b>U</b> nite	家族、医療機関、訪問看護師、デイサービス職員など、関わる人たちが結束して情報を共有する。気になることがあったら報告・相談
<b>G</b> roup & Goal	本人・家族を含めチームとして医療ケアのゴールを決める。必要に応じて薬の中止や減量を検討。場合によっては延命ではなくQOL(生活の質)向上を優先することも
<b>S</b> ick day & Stop	発熱時や食事がとれないときは、血圧・心臓・糖尿病などの薬が効きすぎることがあり、休薬・中止すべきか相談



### 患者さんやご家族の方へ

- ◎新しい薬を処方されたら、いつまで続けるのか、休薬や中止すべき場合も含めて尋ねておきましょう。
- ◎食欲減退、痩せてきた、元気がない、ふらつく、転倒した、物忘れが進んだ、腎機能や栄養状態が悪化した、などの時は減薬が望ましい場合が多いです。
- ◎食事・運動・睡眠などの生活習慣の工夫で改善する病気や症状では、薬を減らす努力をしましょう。
- ◎複数の病気や症状がある場合、治療の優先順位やどこまで治療するかを医師や家族と普段から相談しておきましょう。

総合内科 部長

**中村 隆志**



#### 【専門医・認定医・資格】

- 日本内科学会 総合内科専門医
- 日本循環器学会 循環器専門医
- 日本超音波医学会 超音波指導医(循環器)
- 日本人間ドック学会 認定医
- 日本医師会 認定産業医
- 滋賀県医師会 理事
- 日本体育協会 公認スポーツドクター

# リハビリ通信

## 軽度認知障害(MCI)をご存じですか？ ～認知症の“手前”に気づくことが大切です～

リハビリテーション技術科 作業療法士 小山 泰亨

### MCI(軽度認知障害)とは？

MCIは「物忘れが少し気になるけれど、日常生活にはあまり困っていない」状態です。  
いわば、「健常と認知症の間」の段階です。

こんなこと、ありませんか？



会話中に言葉が  
すぐに出てこない



約束や予定を  
よく忘れるようになった



同じ話を何度も  
してしまう



慣れた道で  
迷うことがある



新しいことを覚えるのが  
難しくなった

➡ これらに心当たりがある場合、MCIの可能性あります。

### MCIは治せるの？

MCIは早めに気づいて対策をすれば、進行を防いだり改善できる可能性があります！  
なかには、もとの認知状態に戻る方もいます。

### MCIを予防・改善するための5つの習慣

①運動を習慣にしましょう



ウォーキングやストレッチが  
おすすめです

②バランスのとれた食事を



魚・野菜・果物を積極的に  
とりましょう。

③人と話す・関わる



趣味や地域活動への参加も  
効果的です。

④脳を使う習慣を



読書・計算・日記  
ゲームなどもOK!

⑤健康管理も大切



糖尿病や高血圧は認知機能に  
影響します。

## 看護業務功労認められ春の叙勲「瑞宝双光章」を受章

2025年春の叙勲において、当院の元副院長兼看護部長である松並睦美さんが「瑞宝双光章」を受章されました。「瑞宝双光章」は長年にわたり公共の職務に尽力し、顕著な功績を挙げた方に贈られる名誉ある勲章です。

松並さんは看護師として約40年間にわたり当院の看護業務に従事し、ドクターヘリ事業におけるフライトナースの育成や医療と介護の円滑な連携を目指して入退院センターの立ち上げを主導するなど地域医療の充実に貢献されました。さらに、滋賀県看護協会の看護活動推進委員会委員長として看護職の就業促進や働き方改革にも尽力され、看護業界全体の発展にも寄与されました。このような看護業界における献身的な努力と功績が認められ今回の受章に至りました。

松並さんは「この度の受章は私個人の力によるものではなく、看護部全員が積み重ねてきた日々の努力が評価された結果だと感じております。当時の私を支えてくれた先輩、同僚、

そして家族には感謝しかありません。これからも皆さまと共に地域医療の充実に努めてまいります」と述べました。

現在は、当院の関連施設である特別養護老人ホーム「淡海荘」の荘長を務めておられます。今回の受章は、これまでの当院での功績が広く認められた証であり、地域医療における看護の重要性を再認識させるものです。今後も、豊富な経験と知識を活かして、地域医療のさらなる発展に貢献されることが期待されます。



前列中央:松並睦美さん

## 救急外来を受診される患者さんへ 2025年5月から初診の方にご負担いただく費用の対象者を拡大しています

救命救急センターでは、入院治療などが必要な重症・重篤な患者さんを24時間体制で受け入れています。この体制を維持するために、**2025年5月1日(木)から入院を必要としない患者さんが受診された場合に、診療費とは別に初診時選定療養費(7,700円)をご負担いただくこととなりました。**地域の皆さまに安全で質の高い医療を提供するため、皆さまのご理解をお願い申し上げます。

▼以下に該当する場合は初診時選定療養費は発生しません

- ①救急搬送された患者さん
- ②救急受診後に入院が必要とされた患者さん
- ③本日より3ヶ月以内に受診歴のある患者さん(歯科・健診除く)
- ④他医療機関から紹介状を持参された患者さん
- ⑤労災、公務災害、交通事故の患者さん
- ⑥特定の障害、特定の疾病などにより、各種公費負担制度の対象となっている患者さん



## ロボット手術センター市民公開講座のお知らせ

近年、医療現場の技術力は飛躍的な進歩を遂げており、特に手術支援ロボットを用いた低侵襲手術は、医療の質を大きく高めるものとして注目されています。

本公演では、それらの技術を実際に扱う泌尿器科・産婦人科・外科の医師3名が現代のロボット手術の実態についてわかりやすく解説します。

開催日時は2025年8月23日(土)、栗東芸術文化会館さきらにて行います。参加無料・申込不要で、どなたでもご自由にご参加いただけます。詳細は右のQRコードからご確認ください。

皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



### お問い合わせ

TEL:077-552-1221(代)  
担当: 経営企画課



▲最新情報はこちらから

## 2025年度 糖尿病教室のお知らせ(6月・7月)

毎月開催  
開催決定

毎月第2火曜日に5階なでしこホールにて、糖尿病教室を開催します。糖尿病について、わかりやすく、時には楽しく学べる教室です。ぜひご家族やご友人とお気軽にご参加ください。

日程	テーマ	担当者
2025年6月10日(火) 14:30~16:00	糖尿病の運動療法 ～運動を好きになる キッカケを作りましょう～	理学療法士
	慢性腎臓病について ～糖尿病性腎症・ 糖尿病関連腎臓病を主に～	腎臓内科医師
2025年7月8日(火) 14:30~16:00	糖尿病患者さんが心がける フットケアとマウスケア	看護師
	糖尿病食は何を食べてもい って本当? ～季節の食べ物で 注意すること～	管理栄養士



### 参加申し込み・お問い合わせ

TEL:077-552-1221(代)  
担当: 糖尿病療養指導チーム



▲詳細はこちら

## 当院では無料低額診療事業を実施しています

詳細は当院ホームページをご確認ください。



▲HPはこちら



社会福祉法人  
恩賜財団 済生会滋賀県病院  
SAISEIKAI SHIGA HOSPITAL



楽しく  
医療の世界に  
飛び込もう！

2025年夏休み特別企画  
ミッション  
イン  
ホスピタル  
挑戦者  
募集

開催日

7/26 土

10:00～12:30 事前予約制

当院名物企画病院体験イベント「ミッション・イン・ホスピタル」を開催します！  
親子で楽しみながら、医療への知識を深めましょう！



\POINT 1/

親子で学ぶ

親子で一緒に学び、楽しい夏休みの思い出作りを！夏休みの自由研究にも！



\POINT 2/

少人数制

少人数のグループに分かれて順に全ての体験を行っていただきます。



\POINT 3/

プレゼントあり！

体験修了者には修了証を授与！  
またオリジナルグッズもプレゼントします！

対象

小学5年生～中学3年生

- ※保護者の同伴が必須です
- ※保護者1名に対しお子様2名までお申し込みいただけます

体験内容

- ・調剤体験
- ・画像診断体験
- ・視野障害の見え方、視力検査員体験
- ・エコー検査体験
- ・電気メス体験
- ・脳血管内治療(脳カテーテル)体験

定員

30名 (保護者を除く)

- ※応募者多数の場合は抽選となります
- ※開催一週間前までに当選者にのみ結果をメールにて通知します

申込方法

7月11日(金)までに  
右記QR申込フォームより  
お申込みをお願いします



参加費

無料

お問合せ

077-552-1221 (代表)  
平日9:00～17:00 (経営企画課)

共催：社会福祉法人恩賜財団済生会滋賀県病院、ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 メディカルカンパニー、  
日本ストライカー株式会社、株式会社ユヤマ、富士フィルムメディカル株式会社、GEヘルスケア・ジャパン株式会社、  
都ユニリース株式会社  
後援：栗東市教育委員会、草津市教育委員会、守山市教育委員会、野洲市教育委員会



# まちの診療所紹介

## かかりつけ医をもちましょう

「かかりつけ医」は患者さんやご家族が、身近に日常的な治療及び健康管理について相談できるお医者さんです。体調の変化で気になることを気軽に相談できる関係性を築くことで、病気の早期発見や予防につながります。自宅や職場の近くにかかりつけ医をもっていただくことをお勧めします。



▲HPはこちら

滋賀県守山市古高町383  
 (駐車場:当院入り口前に4台、建物裏側に20台)  
 TEL: 077-581-0565

### 【診療科目】

内科・消化器内科・胃・大腸カメラ・産婦人科

### 【診療時間】

\*13:00~16:00は内視鏡検査を予定しております。  
 \*内視鏡は予約制です。  
 いずれは胃カメラの当日対応も可能となる予定です。

内科・消化器内科・胃・大腸カメラ	月	火	水	木	金	土	日
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	/
13:00~16:00	○	○	○	○	○	○	/
17:00~19:30	○	/	○	○	○	/	/

産婦人科	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
17:30~19:30	○	/	○	/	○	/	/

## 守山市

# 坂井クリニック

院長 坂井 千秋 先生  
 副院長 坂井 大志 先生

### ～[坂井産婦人科]からリニューアルオープン～

当院は2025年5月8日(木)より坂井クリニックとしてリニューアルし、これまでの産婦人科診療に加えて、内科・消化器内科の診療を開始いたします。かぜや発熱、痛風、糖尿病などの一般内科と、腹痛や便秘、胃がん・大腸がんなどの消化器症状の診療を行って参ります。また、胃・大腸カメラ、腹部エコー検査などを用いた早期治療も行っており、日帰り大腸ポリープ切除にも対応しております。特に胃・大腸カメラは、鎮静剤・炭酸ガスを用いてより苦痛の少ない検査を実施しており、平日、お忙しい方は土曜日も検査可能となります。



## 大津市

# 大津宮ほそだクリニック

院長 細田 光洋 先生

### ～旧細田医院から同敷地内に新築移転しました～

開院41年目、2025年4月1日(火)より細田医院は「大津宮ほそだクリニック」として新たな一歩を踏み出しました。新クリニックでは「ひとにやさしく」を基本理念に、安心・安全な医療の提供、どなたにも通院しやすい環境を一番に考え、ハード面・システム面を刷新しました。内科は生活習慣病・一般内科・訪問診療・認知症相談を、泌尿器科専門医として一般泌尿器科診療・メンズヘルスケアのご相談を行っています。内科と併せての泌尿器科受診も可能です。地域基幹病院や近隣クリニックとも連携をとり、日常生活の様々な困りごとを気軽に相談できる「かかりつけ医」として皆様の健康と笑顔を大切に、しんどい時こそ寄り添えるよう、スタッフ一同心身で丁寧な対応を心がけています。どうぞお気軽にご相談ください。



▲HPはこちら

滋賀県大津市錦織2丁目8-40  
 医院前の道は細いですが、クリニック東側の線路沿いに8台の駐車場あります。現在増台整備中です。  
 TEL. 077-522-1222

### 【診療科目】

内科・泌尿器科  
 訪問診療・健診/検診/予防接種

### 【休診日】

\*受付時間は診察終了の30分前まで  
 \*膀胱鏡検査/健診は完全予約制

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
膀胱鏡検査健診 8:30~9:00	○	/	○	○	○	○	/
午前診療 9:00~12:00	○	/	○	○	○	○	/
訪問診療 13:30~15:30	○	/	○	○	○	/	/
午後診療 17:00~19:30	○	○	/	/	○	/	/

### 病院理念

私たちは、済生会の「救療済生」の精神に基づき、安全で質の高い医療の提供と、心温まるサービスを実践し、地域の皆様の安心と幸せな未来へ貢献します。

### かけはしNo.236 2025年6月

発行元 社会福祉法人 済生会滋賀県病院  
 〒520-3046 滋賀県栗東市大橋二丁目4番1号  
 TEL (077) 552-1221 (代) URL <https://www.saiseikai-shiga.jp/>