

# ポリファーマシー対策に資する ベンゾジアゼピン系薬剤の減量・ 中止方法の確立

井上 真一郎 氏

岡山大学病院 精神科神経科 助教



## 1.本活動の背景

近年、地域医療では高齢者などにおけるポリファーマシーが問題となっているが、薬剤の中でも特にベンゾジアゼピン系薬剤(睡眠薬や抗不安薬)についての対策が重要と考えられる。一般に、ベンゾジアゼピン系薬剤は強い依存性を有するため、長期内服によって次第に効果が弱くなり、結果的に多剤・高用量となりやすい。ベンゾジアゼピン系薬剤は多くの有害事象を有すると報告されており、長期内服によって転倒・骨折、認知症、骨粗鬆症、せん妄、自殺、死亡率の増加などと関連することが知られている。

わが国でもようやくこの問題が重視されるようになり、2018年の診療報酬改定において、減算となるベンゾジアゼピン系薬剤の多剤処方の範囲が拡大された。さらには、長期処方に関しても新たな減算措置が規定されるなど、不眠症治療薬の適正使用が推進されている。これらは大きなトピックであり、国をあげての対策が急務となっている。

ただし、ベンゾジアゼピン系薬剤を多剤・長期処方している医師の大半はかかりつけ医であり、決して睡眠医療の専門家ではない。そのため、減量・中止の必要性を認識していても、適切な減量方法に関する知識を持っていないことが多く、結果として同内容・同量のまま処方が継続されている。成書では「漸減法」や「隔日法」などが推奨されているが、実臨床ではさまざまな力価や半減期の薬剤が多剤併用されているため、そもそもの薬剤から減量を試みるのがよいかかわからないというのがかかりつけ医の本音である。

## 2.本活動の目的

本活動の目的は、以下の2点である。

- ①かかりつけ医がベンゾジアゼピン系薬剤の減量・中止を行う際に参考となる、実践的なハンドブックを作成すること。
- ②精神科医が主体となり、多職種によって具体的な減量・中止方法を提案する「睡眠薬の減量・中止のための専門外来」を立ち上げ、その効果を検証すること。

## 3.本活動の計画

まず、既存の睡眠に関するガイドラインや文献のレビュー、エキスパートコンセンサスなどから知見を得て、ベンゾジアゼピン系薬剤の減量・中止方法に関するハンドブックを作成する。そのうえで、地域医療に関わる医師に対して、ベンゾジアゼピン系薬剤の多剤併用や長期内服のデメリット、減量・中止の必要性とその方法などをテーマとした研修会を開催し、ベンゾジアゼピン系薬剤を整理(減量・中止)するための専門外来(「睡眠薬の整理に関するコンサルテーション外来」)を岡山大学病院内に新規開設する。

## 4.本活動の意義と今後の展開

申請者の知る限り、国内において同様の活動は行われていない。本研究によって、ハンドブックや専門外来の有効性が認められれば、ひとつのモデルケースとして全国への発信を行いたい。多剤内服に苦しむ患者や、それに対してどのように手をつけたらいいか困っている医師にとって、有用かつ画期的な取り組みと考えられる。