

## 県民の皆様こんにちは

このページは私たちが薬剤師の目線で、県民の皆様日々明るく元気な生活を送って頂けるよう、お伝えしたいことを掲載していくページです。

お薬のことはもちろん、お薬以外のことでも県民の皆様にとって必要な情報を少しずつ発信していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

### 市販薬のオーバードーズ（過剰摂取）とは？

「オーバードーズ（Overdose）」とは、薬を使うときの一回あたりの用量（dose）が過剰である（over）こと、または薬物の過剰摂取に及ぶ行為のことをさしています。

近年、この「オーバードーズ」が深刻化しています。

医薬品は、安全に効果を発揮するために、用法や用量が決められています。市販薬の中には、用法・用量を守らずに過剰摂取（オーバードーズ）すると、健康被害が起きたり、依存症になってやめられなくなる場合があります。

### オーバードーズの背景

「オーバードーズ」は、10代の若年者を中心に広がっており、高校生を対象としたある調査では、過去1年以内に市販薬を乱用した経験のある人の割合が約60人に1人という結果が得られました。

背景には、いじめや虐待、親との関係の悪化、学校での孤立など、家庭や学校等で感じている「孤独感や強いストレス」があり、気分を変えるための手段として、「オーバードーズ」に走る傾向があるようです。

市販薬の過剰摂取により、眠気や疲労感がなくなったり、ふわふわした気分になったりすることがありますが、これらの効果は一時的であり、その後は逆に不快な気分になることから、先の乱用時と同じ効果を期待して、市販薬の過剰摂取を繰り返してしまいます。

過剰摂取により亡くなってしまう事例が発生するなど、「オーバードーズ」は今や社会問題となっています。

一人で抱え込まずご相談ください。

### 薬剤師や登録販売者

薬局やドラッグストアでは、薬剤師や登録販売者が、症状などを確認したり、薬の注意事項についての情報提供を行っています。

薬剤師や登録販売者の説明をよく聞き、また添付文書をよく読んで、医薬品を正しく使いましょう。

## **PMDA（独立行政法人医薬品医療機器総合機構）**

薬の効能効果、飲みあわせ、飲み方・使い方、薬に関する心配ごとなどの相談に、専任の相談員が答えています。（ただし、診断や治療などの医療に関する質問等においては回答できない場合があります。）

[くすり相談窓口（PMDA）（別ウインドウで開く）](#)

## **専門の相談機関**

さまざまな悩みを抱えている方は、一人で悩まずにご相談ください。

[自殺対策について - 青森県庁ホームページ（aomori.lg.jp）](#)

県薬Web広報はこれからも、県民の皆さまのお役に立てる情報を提供してまいります。今後知りたいテーマなどございましたら、『青森県薬剤師会事務局』までご一報くださるようお願い申し上げます