

# 3月 依存症家族勉強会のお知らせ

## 市販薬依存(2)

### どうして市販薬をOD(オーバードーズ)するのか？

日々の暮らしの中で嫌なことがあったとき、自分では処理しきれないような悩みを抱えたとき、なんとかして気分を楽にしたいくなるのは自然なことで、健康的な心の動きです。こういうときに様々な対処法があるにはあるのですが、そのほとんどは時間がかかり、手間がかかる方法です。できる限り短時間で気分を変える方法がないか探すときに、今は大半の人がスマホで検索するのではないのでしょうか。検索したときに必ず出てくるのが『市販薬のOD過量服用』です。「違法でないので捕まることはない」「薬局に行けば簡単に買える」などの理由と、SNS等で無尽蔵に流される『〇〇60錠飲んでみました』的な情報がODのハードルを一気に下げます。

乱用等のおそれのある医薬品として薬機法ではエフェドリン、コデイン、ジヒドロコデイン、プロモバルレリル尿素、プソイドエフェドリン、メチルエフェドリンが挙げられています。これらは鎮咳去痰薬(咳止め)、総合感冒薬(風邪薬)、解熱鎮痛剤(痛み止め)、鎮静薬、抗アレルギー薬、眠気防止薬(カフェイン製剤)に含まれています。代表的な乱用されやすい市販薬を右表にまとめました。気分を変えるために使い始めたが、それがないと暮らしていけなくなる

ODで気分を変えたり、なんとか日々の活動を維持するようになると、短期間のうちにそれがないと暮らせない状態になってしまいます。「耐性」と言って、効き目が次第に弱くなるので、必ず服用する量は増えていきます。最初に得られていた効果はいくらたくさんのもでも得られなくなります。効果がなくなったから簡単にやめられるかという、なみたいていのことではやめられなくなっています。

### 乱用の頻度が高い市販薬

製品	成分	特徴
ブロン/エスエスブロン錠 (鎮咳薬) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ジヒドロコデインリン酸塩</li> <li>dl-メチルエフェドリン塩酸塩</li> <li>クロルフェニラミンマレイン酸塩</li> <li>無水カフェイン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>乱用が突出して多い</li> <li>家事や仕事の意欲を高める、不安や緊張を軽減する目的で服用する</li> <li>容易に過量、連日の服用となる</li> <li>1瓶84錠を1日に1~2瓶飲んでしまう人もいる</li> <li>退薬症状: 筋肉痛、関節痛、嘔吐、悪寒など</li> </ul>
パブロンゴールドA (感冒薬) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ジヒドロコデインリン酸塩</li> <li>アセトアミノフェン</li> <li>クロルフェニラミンマレイン酸塩</li> <li>無水カフェイン</li> <li>グアイフェネシン</li> <li>リボフラビン(ビタミンB12)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ブロン錠とほぼ同じ成分に、消炎鎮痛目的のアセトアミノフェンが追加</li> <li>アセトアミノフェンは肝障害・腎障害を起こす</li> <li>鎮咳薬と同様の目的で服用される</li> </ul>
ウット (鎮静薬) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>プロモバルレリル尿素</li> <li>アリルイソプロピルアセチル尿素</li> <li>ジフェンヒドラミン塩酸塩</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>睡眠薬を処方しても代用できない</li> <li>ODで意識障害を起こし救急搬送される</li> <li>もうろう状態で転倒・事故、記憶欠損などが生じる</li> <li>OD継続後に中断すると強直間代性発作が起こることがある</li> </ul>
ナロンエース (鎮痛薬) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>プロモバルレリル尿素</li> <li>無水カフェイン</li> <li>イブプロフェン</li> <li>エテンザミド</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>気分の安定や不安の除去を目的に服用</li> <li>ODで意識障害を起こし救急搬送される</li> <li>胃潰瘍、肝障害、腎障害を起こす</li> </ul>
メジコンPro (鎮咳薬) 	<ul style="list-style-type: none"> <li>デキストロトルファン</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ODで幻覚を誘発する</li> <li>セロトニン症候群を引き起こし致命的になる危険</li> </ul>

米国では医薬品として禁止

**家族勉強会Aについて** 参加ご希望の方は、当院アディクション委員まで連絡いただくか、アンケート用紙にその旨を書いて郵送してください。参加できるかどうか折り返し連絡します。  
※動画配信について 家族勉強会Aに参加できない方のために勉強会を録画しています。これまでと同じ形で配信します。

**家族勉強会Bについて** 参加ご希望の方は当院アディクション委員までご一報ください。

3月 8日(土)AM10時~家族勉強会B(意見交換会)/依存症研究所・研修ホール  
3月22日(土)AM10時~家族勉強会A(講義)/依存症研究所・研修ホール