

高齢者の安全な薬物療法 ～ガイドライン2015 から見た認知症予防～

大田区薬剤師会 橋本学理事 9月7日(土)18:00～ 於:新井宿特別出張所



工藤千秋医師～認知症予防には～

1. 脳が喜ぶ栄養をしっかり取る事
2. 昼間良く動いて、夜眠ることです！

～毎日食べたい食品～

大豆製品 味噌 納豆	魚	きのこ
ナッツ類 枝豆 大豆 豆油	肉類	野菜
卵	牛乳	きのこ類 きのこ
海藻類	大豆油	きのこ類 きのこ

おくすり手帳は1冊で！



大田区薬剤師会橋本学理事

～高齢者薬物治療の注意点～

1. 副作用の回避
2. 腎臓管理・支那と一元管理です！

～副作用(有害事象)増加の二大要因～

1. 加齢による薬の効きやすさの変化
2. 飲む薬の種類が増えること

～高齢者に起こりやすい副作用～

・ふらつき・転倒・物忘れ・うつ・せん妄・食欲不振・便秘・排尿障害等々

夏の疲れは食事から…

- ・1日3食をしっかり食べましょう。バランスよく食べることが大切です。
- ・ビタミンB1(豚肉、うなぎ、大豆など)、エネルギー代謝や食行動に効果的です。
- ・ビタミンE(植物油や植物油に効果的です)、ビタミンEの酸化や老化防止、ストレスや疲労に対する抵抗力を強化する働きがあります。
- ・エネルギー源となるたんぱく質は、肉や魚、卵や大豆、豆腐や納豆なども、チーズなどから、毎食1皿食べると良いでしょう。



～テーブルごとに競い合う「三択クイズ」～

優勝チームには、「カロリーへの配慮がある」、「塩分控えめ」など、高齢者に優しい、手軽に食べられる レトルト食品が配られました！



薬が体に入って出ていくまで

- ・1. 吸収
- ・2. 分布
- ・3. 代謝
- ・4. 排泄



クイズ4: 一般に高齢者で副作用が出やすくなるのは生理的変化として

1. 消化管の動きがゆっくりになって、薬の吸収が減るから
2. 肝臓や腎臓の機能が低下して、薬の分解や排泄が遅くなるから
3. いずれの薬も血中濃度が上がりやすくなるから

クイズ5: 若者と比べて高齢者の効き目は?

1. 効きにくくなるものが多い
2. 効きやすくなるものが多い
3. 変わらない

クイズ6: 赤いPTP シートの薬、赤いのはなぜ?

1. つよい薬だから注意を促すため
2. 湿気に弱い薬だからシートを厚手にしているため
3. 光に弱い薬だから光を避けるため

【クイズ解答】

4. は2
5. は2
6. は3