

## 生活習慣病の薬についてQ&A

大野内科医院（北宇和郡鬼北町） 大野 建文



生活習慣病（高血圧症、糖尿病、高脂血症など）の治療を外来診察で行なっているとき、薬物療法についてよく患者さんから質問を受けますので、Q&Aにまとめてみました。

Q 1 血圧の薬は、一度飲み始めたら一生飲まなければならぬのですか。

A 1 高血圧症の薬は、血圧を下げて血管の負荷を軽くする薬（降圧剤）です。高血圧症は原因不明で体質的な要因で血圧が上がっていることが多いため、薬を止めるとすぐ元の血圧に戻ってしまいます。血圧を下げて脳卒中を予防するために薬は続けて飲みましょつ。

Q 2 コレステロールの薬は、コレステロールが下がったら止めていいのですか。

A 2 高コレステロール血症も高血圧症と同様に、体質的な因子が大きい病気です。食事療法や肥満の解消で、ある程度はコレステロールの値は下がりますが、どうしても薬を使わないと下がらない人が多いのです。コレステロールを正常にして動脈硬化を予防するために、薬は続けて飲みましょつ。

Q 3 糖尿病の薬も、続けて飲まないといけないか。

A 3 糖尿病は、食事療法や運動療法で血糖が下がらないときに、薬を使います。血糖が下がって自分の体内のインスリンの働き

が回復するようであれば、薬を減量して中止することは可能だと考えます。食事療法を徹底することでそれが可能になります。必ず主治医の指示に従って、薬の中止は行なってください。

Q 4 食事が食べられないときは、薬は飲まなくてよいのでしょうか。

A 4 糖尿病の薬は、原則として食事を食べないときは服用しないでよいと考えます。しかし、高血圧やコレステロールの薬は、吐き気があり水も飲めないときは不可能ですが、食事を1回抜いたからといって薬を止めると、血圧やコレステロールが不安定になりますので、きちんと服用することをお勧めします。

Q 5 1日3回の薬をもらったのですが、昼に飲むために薬を職場に持って行くのは面倒なので、2回しか飲んでいません。これはどうでしょうか。

A 5 薬の服用回数は、おおむね薬の効果時間により回数が決まっていると考えてください。1日1回の薬は24時間効果が続き、1日2回の薬は12時間効果が続き、1日3回の薬は8時間効果が続くと思ってください。1日3回の薬を2回しか飲まなかったら、1日で16時間しか薬は効いてなく、8時間は薬の効かない時間ができるということです。薬の服用回数はきちんと守りましょつ。

生活習慣病の薬は、血圧やコレステロール、血糖の値を正常にして、それから起きる重大な病気（脳卒中、心筋梗塞、失明、腎不全による透析）を予防するための「予防薬」と考えてきちんと飲みましょつ。