

開業医が知っておくべき 市販薬乱用・依存の現在

東部支部は5月21日、「開業医が知っておくべき市販薬乱用・依存の現在」と題したWEB研究会を開催し、全国から65名が参加した。講師は、国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部部長の松本俊彦先生で、最近の10代における市販薬乱用・依存患者を中心に、女子中高生の自殺との関係について講演された。

近年、ドラッグストアで手軽に購入できる市販薬の乱用と依存が、若者を中心に深刻化している。これまで薬物依存といえば覚醒剤や大麻など違法薬物が注目されてきたが、精神医療の現場では「捕まらない薬物」である市販薬や処方薬による依存症患者が急増しているという。

薬物依存症の全国調査を続ける専門家によれば、2024年の調査では、覚醒剤や大麻による依存症患者数を、市販薬と処方薬による患者数が上回った。特に10代への広がりが顕著で、薬物依存症患者に占める10代の割合は、この10年で約11倍に増加。そのうち約7割が市販薬依存だった。



講師の松本俊彦先生

背景には、ドラッグストアの急増と「セルフメディケーション政策」がある。国は医療費削減を目的に、市販薬の利用を推進してきた。これまで処方箋が必要だった薬も「スイッチOTC」として次々に市販化され、ドラッグストア市場は、2024年には10兆円規模へ成長した。

一方で、市販薬の乱用防止策は後手に回っている。2014年から乱用の恐れがある薬について「1人1個まで」の販売制限が導入されたが、店舗数の増加によって複数店舗で購入できる実態があり、乱用はむしろ拡大した。

乱用される薬には、せき止め薬や

風邪薬が多い。中でもコデインやジブドロコデインを含む製品は依存性が高く、過剰摂取すると離脱症状や幻覚症状を引き起こす。また、多くの市販薬に含まれる無水カフェインは、大量摂取によって重篤な不整脈や心停止を招く危険がある。さらに、デキストロメトルファンを含むせき止め薬では幻覚や意識障害、セロトニン症候群など重い副作用が報告されている。抗ヒスタミン薬「レスタミン」なども若者の間で乱用されており、専門家は「安価で大量に飲みやすい包装形態が問題を助長している」と指摘する。こうした現状に対し、学校教育との乖離も課題だ。学校の薬物乱用防止教育では違法薬物が中心で、市販薬乱用について十分に扱われていない。

海外では、市販薬に含まれる成分を厳しく規制する国も多い。日本で一般販売されている成分の中には、欧米では処方箋が必要、あるいは禁止されているものも少なくない。

専門家は「市販薬は安全というイメージが強いが、実際には古い薬が多く、過量服薬時の危険性は非常に高い」と強調する。そのうえで、「医療費削減だけを優先するのではなく、若者の依存や命の危険に向き合う政策が必要だ」と訴えている。

また、市販薬の乱用と自殺との深い関係も見逃せない。専門家によれ

ば、若者による市販薬の過量服薬、いわゆる「オーバードーズ」は、単なる遊びや興味本位だけではなく、「消えたい」「苦しさを一時的に忘れたい」といった心理状態と結びついているケースが少なくないという。

実際、昭和30年代には市販睡眠薬「カルモチン」などを使った若者の自殺未遂が社会問題となり、販売中止により自殺率が低下した経緯もある。入手しやすい薬物が自殺手段に直結する危険性は以前から指摘されてきた。東京都内の調査では、医薬品の急性中毒による死亡事例の約4割に、抗ヒスタミン薬「ジフェンヒドラミン」を含む市販薬が関係していたという。安価で大量購入しやすい薬が、衝動的な自傷や自殺企図の手段になっている実態が浮かぶ。さらに、依存が進むと「薬がないと不安になる」「現実感を失いたい」という状態に陥り、抑うつ症状や孤立感が悪化するケースも多い。

市販薬乱用の背景には、不登校、家庭問題、虐待、SNS上の孤独感など、若者の生きづらさが潜んでいることも少なくない。専門家は「市販薬乱用を単なる非行として扱うのではなく、SOSとして受け止める必要がある」と指摘する。規制強化だけでなく、学校や家庭、医療機関、地域社会が連携し、若者が早い段階で相談できる環境づくりが求められている。