

# ほっとクリニック

## 町立金山診療所だより 87

金山町大字金山548-2 ☎52-2915



町立診療所は、夜間休日でも急患診察を受け付けています。具合が悪い場合はいつでもご連絡ください。

### ドクター・メッセージ



町立金山診療所  
疼痛外来医師  
東郷ひろみ

### 鎮痛薬の副作用

残念ながら薬剤には目的とする作用ではない作用（副作用）が表れることがあります。疼痛外来で処方されることの多い非ステロイド性消炎鎮痛薬では胃腸障害（ロキソニン、ボルタレンなど）が良く知られています。空腹時の内服を避けたり、胃腸薬を併用する対策はご存知のことと思います。

オピオイド系の鎮痛薬（トラマール、 ترامセツト、モルヒネなど）では多くの患者さんが便秘になるようです。便秘対策には下剤（排便を促す薬剤や便の水分を増やす薬剤）を併用したり、水分を十分にとったり、食物繊維が多い食物を食べたり、腹部のマッサージをしたり、色々な対策が講じられています。

す。ただでさえ、ふんばる力がつまり腹筋の筋力が低下しているご老人には便秘は辛い副作用です。運動療法は筋力（ふんばる力）を回復するだけではなく、おなかの動きを良くしますから便秘対策にもなります。またオピオイド系鎮痛薬では嘔気の出る方がいます。男性には少なく、女性に少し多いようです。この嘔気は通常は初期のみ。耐性ができて数日から一週間で消失します。慣れるまでは眠る直前にそのお薬を内服したり、予防的に嘔気止め薬の内服（食前が効果的）をしたり、嘔気対策をすれば大丈夫。

副作用を一方的に怖がらず、対策を十分にして目的とする作用（薬剤の効果）である鎮痛を得て、生活の質を上げましょう。もちろんアレレルギー反応や他の臓器（腎臓・肝臓・心臓など）への影響（副作用）で服用を中止しなければならぬ場合もあります。心配なこと気になることがありましたらどうぞ気軽にご相談ください。

## 4月から診療体制が変わります！

山形県からの派遣医師の交代や救急受入れの変更などにともない、平成28年4月からの診療体制が変わる予定です。

医師の宿直制を一旦休止するため夜間の救急受入れが出来なくなりますが、午後の外来診療日や夕診の回数を増やすなど、できるだけ受診しやすい診療時間が設定できるよう検討しているところです。

新しい診療体制については、「広報お知らせ版」（3月18日発行）でお知らせいたします。