

## 蔓延するオーバードーズの現状と課題

岐阜県薬剤師会 学校薬剤師部会  
部会長 鈴木 学

薬物乱用とは、法律で規制されている薬物（麻薬、覚醒剤、大麻等）を使用すること、処方薬や市販薬等を本来の治療目的とは異なる方法で使用することの他、用法・用量を守らない「ルール違反」も含まれる。一度だけでも「乱用」であるが、繰り返し行うことで、薬物依存症、つまり、薬物がなくてはならない精神障害になり、現実の問題が起こっているにもかかわらず行動を修正できない状態に陥ってしまうことがある。近年では、一般用医薬品（かぜ薬、鎮咳去痰薬等）を本来の効能・効果ではなく、精神への作用を目的とし、用法・用量を超えて大量・頻回に服用する「オーバードーズ」が若者を中心に蔓延している。市販薬の乱用はかねてから問題になっていたが、SNS等の普及に伴い、乱用の対象となる製品名や、どの程度の量でどのような状態になるかという体験談等、市販薬の乱用に関する情報に接しやすくなった結果、深く考えることなく市販薬を乱用する若者が増加しているとの指摘がある。

「2022年度全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患の実態調査(対象期間:2022年9月～10月、調査対象:1,531施設、分析対象:2,468症例)」によると、2014年に規制が強化された結果、危険ドラッグ使用患者は急速に減少したが、それに代わって睡眠薬・抗不安薬及び市販薬といった合法的に入手可能なものへ移行していることがわかる。2022年には睡眠薬・抗不安薬使用患者が覚醒剤使用患者を上回り、市販薬乱用患者は大麻使用患者の約2倍となった。また、同調査結果より「市販薬・1年以内使用あり」症例の診断名のうち「依存症候群(78.7%)」が最も多かったことから、市販薬であっても、薬物乱用による影響は短期に留まらず、回復には長期間の療養が必要となることを改めて認識した。

「救急医療における薬物関連中毒症例に関する実態調査(調査期間:2021年5月1日～2022年12月31日、調査対象:埼玉医科大学病院臨床中毒センターが基盤機関となり、日本臨床・分析中毒学会(Japanese Society of Clinical & Analytical Toxicology)に所属する救急医療施設7施設、分析対象:122症例)」によると、救急搬送された患者のうち最も多かった症状は、消化器症状(嘔気・嘔吐や腹痛等)73名(59.8%)であり、次いで循環器症状(不整脈等)54名(44.3%)、中枢神経症状(意識障害、不穏興奮、イライラ等)54名(44.3%)、神経症状(振戦、頭痛、耳鳴り等)38名(31.1%)となった。そして、救急搬送された患者122名のうち、113名(92.6%)は入院が必要、69名(56.6%)は集中治療室での治療が必要となり、退院時には111名(91.0%)が完全回復していたが、11名(9.0%)には後遺症が認められる結果となった。SNSを通じてリスクに関する多くの情報が拡散されているにもかかわらず、容易に薬物乱用に陥るこの現況は看過できない。また、救急搬送された患者が過量服用した市販薬189品目を薬効別で分類すると、解熱鎮痛薬24.9%、鎮咳去痰薬18.5%、かぜ薬18.0%、催眠鎮静薬14.8%、抗ヒスタミン薬7.4%、眠気防止薬

4.8%、鎮うん薬 4.8%の順に多かった。一方、配合成分で分類すると、多い順にカフェイン 22.2%、メチルエフェドリン 14.4%、クロルフェニラミン 12.6%、ジヒドロコデイン 12.3%、ジフェンヒドラミン 9.2%、アセトアミノフェン 8.1%、イブプロフェン 7.6%、デキストロメトルファン 4.2%、アスピリン 3.4%、プロモバレリル尿素 2.4%、ジプロフィリン 1.8%、プソイドエフェドリン 0.8%となった。（下線部：濫用等のおそれのある医薬品）

こうした結果を踏まえ、医薬品医療機器総合機構：PMDA「一般用医薬品・要指導医薬品情報検索」機能を用い、濫用等のおそれのある医薬品 6 成分の他、カフェイン、アリルイソプロピルアセチル尿素及びデキストロメトルファンを合わせて 9 成分を含む市販薬がどの程度市場に存在するかについて検索した結果、メチルエフェドリンを含む市販薬は国内に 724 種類存在しており、薬効群（かぜ薬）の 79.8%、鎮咳去痰薬の 59.5%にメチルエフェドリンが含まれていた。また、カフェインを含む一般用医薬品は国内に 1,731 種類も存在しており、薬効群（かぜ薬）の 87.9%、鎮咳去痰薬の 39.0%、鼻炎用内服薬の 58.2%、解熱鎮痛薬の 72.6%に含まれていることがわかった（表 1）。

薬効群製剤数	かぜ薬 619	鎮咳去痰薬 333	鼻炎用内服薬 170	解熱鎮痛薬 387	外用痔疾用薬 129
メチルエフェドリン	724	494 (79.8%)	198 (59.5%)	21 (12.4%)	0
ジヒドロコデイン	432	274 (44.3%)	158 (47.4%)	0	0
プソイドエフェドリン	83	8 (1.3%)	0	75 (44.1%)	0
プロモバレリル尿素	76	0	0	0	69 (17.8%)
コデイン	4	0	4 (1.2%)	0	0
エフェドリン	3	0	0	0	3 (2.3%)
デキストロメトルファン	156	119 (19.2%)	38 (11.4%)	0	0
カフェイン	1731	544 (87.9%)	130 (39.0%)	99 (58.2%)	281 (72.6%)
アリルイソプロピルアセチル尿素	147	0	0	0	144 (37.2%)

表 1 濫用等のおそれのある医薬品を含む製剤数（抜粋）

(2024.11 現在)

\* 表中の数値は各成分を含む製剤の数、カッコ内はその割合である。

\* デキストロメトルファン、カフェイン、アリルイソプロピルアセチル尿素は「濫用等のおそれのある医薬品」ではない。

このように、「特に注意が必要とされる成分」等を含む市販薬が多数存在するにもかかわらず、わが国では特別な制限がなされていない。また、日本人のヘルスリテラシーは欧州 8 カ国の平均値よりも低い現状を踏まえると、生活の身近にある薬、誰もが簡単に入手できる薬だからこそ、ヘルスリテラシーの向上に向けた取り組みが早急になされるべきと考える。

近年、エナジードリンクを購入し服用したことがある学生が増えているようだが、エナジードリンクに含まれるカフェインの量を理解している者はどれほどいるだろうか。カフェインは、脳の神経細胞を刺激することにより眠気を防ぎ、集中力を高める一方、依存性があり、短時間に過剰摂取すれば、心拍数の増加、不安、震え、不眠症、下痢、吐き気等の健康被害をもたらすことがある。

「薬物使用と生活に関する全国高校生調査 2021」によれば、日本の高校生の約 500 人に 1 人がいずれかの違法薬物を乱用した経験があり、約 60 人に 1 人がいずれかの市販薬を乱用した経験があると答えている。とりわけエナジードリンクにおいては、約 3 人に 1 人が

乱用の経験があるといい、男子学生においては女子学生と比較して約 2 倍エナジードリンクを乱用していると推定された。

また、眠気除去薬である「エスタロンモカ錠 (第 3 類医薬品)」は、1 錠あたり 100mg の無水カフェインを含有しており、用法用量は 1 回 2 錠、1 日 2 回までとされている。カフェインの推定致死量は約 10 g であるため、「エスタロンモカ錠」は 100 錠で致死量に匹敵する。このことが様々な自殺ほう助サイト等で流布されて以降、カフェイン中毒による搬送件数が増加している。そのほか、「カフェイン離脱頭痛」に対する解熱鎮痛薬の投与に関しても注意が必要である。1 日 200mg を上回るカフェインを 2 週間以上定期摂取した場合、摂取中断後 24 時間以内に頭痛 (カフェイン離脱頭痛) が発生するとされている。カフェイン離脱頭痛の改善のために、例えば、「イブ A 錠」(本剤の用法・用量は、1 回 2 錠、1 日 3 回まで (15 歳以上)) を選択した場合、1 錠中に無水カフェインが 80 mg 含まれているため、1 日の最大量を服用すると、カフェイン 480 mg を追加摂取してしまうことになる。特に女子学生においては、違法薬物と比べて市販薬の乱用率が約 20 倍高く、中でも解熱鎮痛薬の乱用率が高く際立っている。さらに、同調査によると、市販薬の乱用経験者は大麻に対する警戒心が低く、また、男子学生の方が女子学生よりも大麻に対する警戒心が低いことがわかった。それゆえ、市販薬の乱用防止は、ゲートウェイドラッグ (大麻等) への接触を防ぐためにも重要であろう。

蔓延するオーバードーズの現状より、今回改めて課題が見えてきた。市販薬は薬局、ドラッグストア、インターネット他、多岐に渡るルートで販売されているが、その現場すべてにおいて、販売方法の 100%適正化が最優先課題であると考ええる。無論、乱用しようとする者等が複数の薬局を廻って購入すれば、現時点では制限しようがない。しかし、先述の調査結果にもあるように、市販薬のオーバードーズを経験している若者は、学校でも家庭でも安心できる居場所がないと感じていることから、市販薬を販売するフロントラインにある薬局において乱用の恐れに気付き、一歩踏み留まらせるアプローチが重要であり、医療のファーストアクセスを担う薬局薬剤師の真価が問われる。

一方、市販薬の成分についても見直しが必要なのではないだろうか。我国の市販薬は主成分以外の含有成分が非常に多いことが特徴的である。海外では、かぜ薬の市販薬に含まれるのは多くとも 4 成分程度であるが、我国では 7~8 成分が含まれている。代替成分への変更をはじめ、主目的以外の成分の見直しも必要であると考ええる。その他、他国の例を参考に 1 箱あたりの錠剤数を減らすことも乱用防止策として有効である。さることながら、コロナ禍以降、医療用の咳止め薬の流通が滞る中、1 箱あたりの錠剤数を増やした市販薬が追加発売され、市販薬の乱用者の中にはこの現状を好ましく捉えている者もいる。通常であれば、発売規制措置がとられるところだが、コロナ禍以降、医療用の咳止め薬の流通が改善されていない今、国の対策が思うように進まないのも無理はない。しかし、市販薬の乱用の実態等を鑑み、有効性・安全性の観点から、その成分について既に見直されている国も多い。例えば、豪州では、近年、コデインが処方医薬品に戻されるという変更がなされた。英国では、プソ

イドエフェドリン等について販売数量が制限されている。米国では、プソイドエフェドリン、エフェドリン、フェニルプロパノールアミン含有製剤は、メタンフェタミン（覚醒剤）の材料となるため販売が厳しく規制されており、購入に際し身分証明書の提示と署名が必要となっている。同国薬局では氏名、住所、販売数量の記録をとることが義務付けられ、販売数量も制限されている。若年者への販売を禁止している州もある。我国においても規制対象の見直しが必要な時期に来ているのではないだろうか。現時点では、「特に注意を要する成分」を含む製品を市販薬購入時に選定から外すことは難しいかもしれないが、購入時には、濫用等のおそれのある医薬品6成分の他、カフェイン、ア Rilイソプロピルアセチル尿素及びデキストロメトルフアンが含まれていないかを確認するよう、是非心掛けたいものである。

これまで述べたとおり、現在、最も乱用頻度が高い違法薬物である大麻よりも市販薬のオーバードーズは、学生にとって既に身近な問題となっており、早急な対応が求められる。幸いなことに、我国における若者の薬物乱用の頻度は諸外国と比べると低く留まっており、その理由として、学校教育課程において一貫した薬物乱用に関する教育がなされてきたことが挙げられる。ついでに、次期学習指導要領改訂に際し、学生に対する薬物乱用防止教育として市販薬のオーバードーズに関する内容も盛り込まれることを切に期待するとともに、我々学校薬剤師はこれらのことを深く認識し、ソーシャルスキルの育成を目的としたアプローチを速やかに開始できれば、セルフコントロールが未熟で、意思決定スキルやストレス耐性が未だ低い若者を薬物乱用から守る一助となると考える。

※本文中、「濫用等のおそれのある医薬品」とは、「薬事法施行規則第 15 条の 2 の規定に基づき濫用等のおそれのあるものとして厚生労働大臣が指定する医薬品」（平成 26 年 厚生労働省告示第 252 号）を指す。  
その他は常用漢字で「乱用」と表記している。