

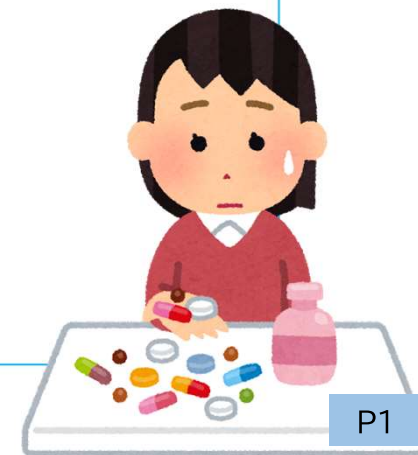
## 府民の皆様へ 若年者の市販薬による乱用を防ぐために

皆様が気軽に薬局やドラッグストアで買うことができるかぜ薬や咳止め薬の中には、飲み方をまちがうと、癖になって止められなくなる成分が入っています。

定められた量以上に飲みすぎると、眠気や疲労感がなくなって頭が異常にさえたり、反対に眠り続けることになったり、ふわふわした幸せな気分になることがあります。このような感覚は、薬が切れると途端に不愉快な気分が変わるため、また同じような感覚を求めて飲み続けることになります。本来のお薬の目的とは違う目的や量を飲むことを「乱用」といい、そのような使い方をされるおそれのある医薬品\*を厚生労働省が定めています。

\*エフェドリン、プソイドエフェドリン、メチルエフェドリン、コデイン、ジヒドロコデイン、ブロモバレリル尿素を含む医薬品

令和5年4月1日 現在  
一般社団法人 大阪府薬剤師会



## なぜ規制が強化されたのでしょうか？

近年10代の若者を中心に市販薬の乱用による依存症や中毒で、身体をこわしたり、死亡する例が増加傾向にあり、社会問題となっています。市販薬は、身近で比較的安く購入できること(入手のしやすさ)やその使用が法律に違反していない(合法性)こと、そしてSNSでの情報交換等も、若者に広まる要因のひとつと言えます。

解熱鎮痛薬(熱さまし)や鎮咳去痰薬(咳止め)、総合感冒薬(かぜ薬)など多くの市販薬が乱用に使われており、2023年4月1日から規制が強化されることになりました。

1度に1包装しか購入できないという規制がある中でも、多くの店舗を回ったり、インターネットでいくつも購入する事例があります。皆様の安心安全なセルフメディケーションをサポートするため、販売の際に薬剤師や登録販売者は、いくつかの質問をすることが義務付けられています。



## 市販薬を安全に使用するために、守っていただきたいこと

- ①使用する市販薬の添付文書(説明書)をよく読み、効能効果、用法用量、対象年齢をしっかりと確認しましょう
- ②用法用量を守り、症状が改善しないときには、一旦服用を中止して薬剤師にご相談ください。自己判断で使用する量や回数を増やさないようにしましょう。  
定められた量を超えて使用すると、重大な健康被害につながる危険性があります。
- ③使用した市販薬については、お薬手帳に記入しておきましょう。
- ④ご家族が間違った使用をしていないか、確認しましょう。



## 購入の際に、ご理解・ご協力いただきたいこと

購入時に薬剤師、登録販売者が、必ず確認します

### 年齢

若年者の場合は  
氏名・年齢を確認します

### 購入数

1包装(1箱、1瓶等)を  
超えて購入する場合は  
その理由をお尋ねします

### 購入の履歴

他の店舗やインターネットでの購入履歴を確認します

皆様の健康を守るためにご協力をお願いします。



## 大切な方の健康を守るために！

若者の市販薬による乱用\*は、危険ドラッグや覚醒剤の乱用とのちがいはあります。それは家庭や社会に居場所のない人たちがその生きづらさや痛みを忘れるために逃げ込むケースが多いことです。初めて自分の存在価値を認めてくれた人が、「分かりあおうよ」と市販薬の乱用を教えてくれたり、1度に大量に飲むことで「よく飲めたね」と称賛される…快楽を求めるのではなく、ぽかりと空いた穴を埋める手段になっているのです。これは苦しみから逃れるために自分自身を傷つける自傷行為と言えるのです。将来ある若者を救うために、周りの大人は「薬物乱用はダメ」と発するばかりでなく、悩みを聞き、つらさを共感し共に考える立場にいないと、解決には至りません。

\* 定められた量より、大量服用すること(オーバードーズ…SNSでは“od”と表現されています)

乱用や依存に気づいたら、かかりつけ薬剤師や下記「薬物問題相談窓口」にご相談ください

### (1) 全国精神保健福祉センター

[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iyakuhin/yakubutsuranyou\\_taisaku/hoken\\_fukushi/index.html](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/yakubutsuranyou_taisaku/hoken_fukushi/index.html)

### (2) 全国の家族会

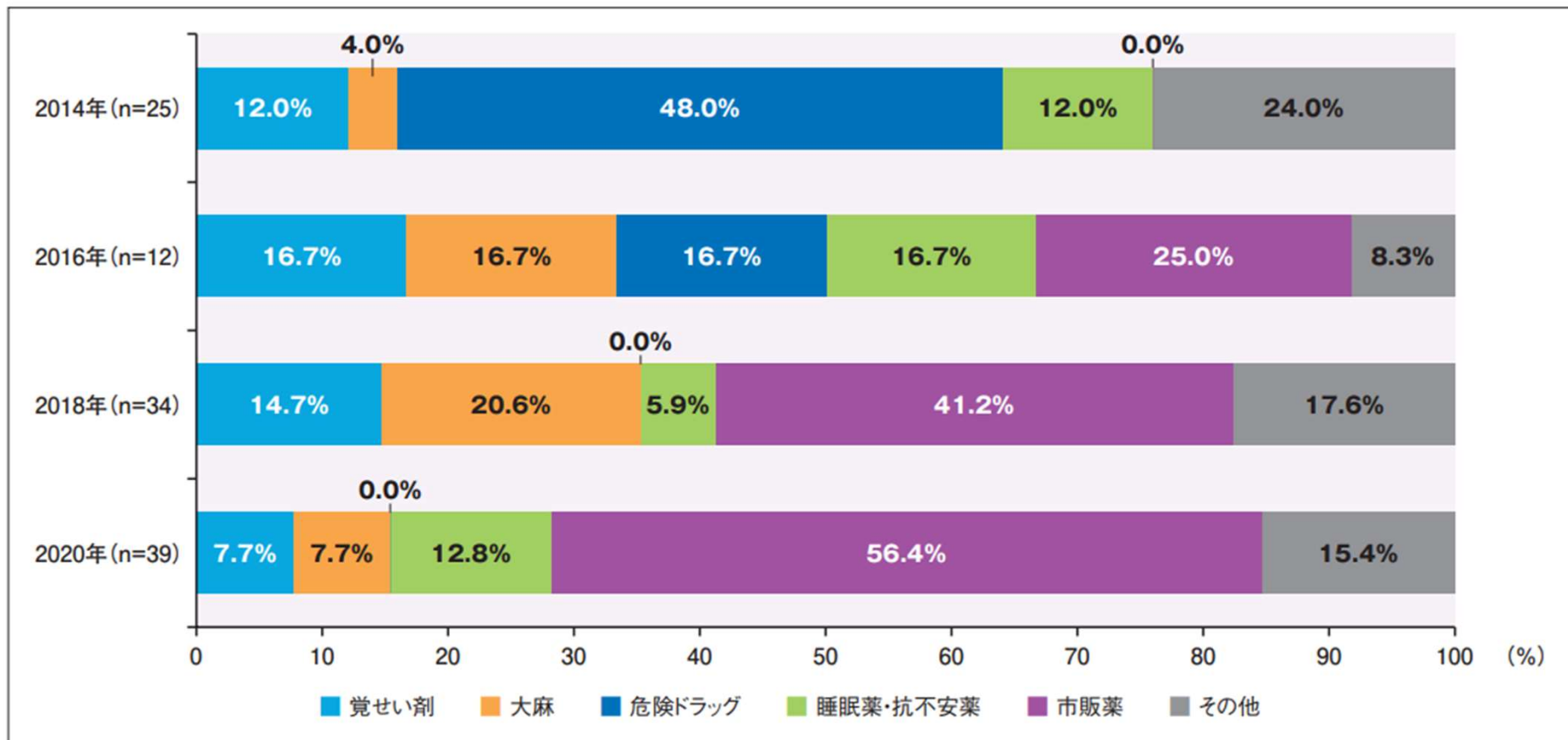
[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iyakuhin/yakubutsuranyou\\_taisaku/kazokukai/index.html](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/yakubutsuranyou_taisaku/kazokukai/index.html)

### (3) 全国のダルク等

[https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/iyakuhin/yakubutsuranyou\\_taisaku/darc/index.html](https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/iyakuhin/yakubutsuranyou_taisaku/darc/index.html)

## 【参考】10代における乱用の主たる薬物 経年推移(2014~2020年)

市販薬を乱用に使用する若年者が増えてきています



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より