

ベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存

英語名 : Benzodiazepine dependence

A. 患者の皆様へ



ここでご紹介している副作用は、必ず起こるというものではありません。ただ、副作用は気づかずに放置していると重くなり健康に影響を及ぼすことがあるので、予防をしたり、早めに対処することが大切です。そこで、より安全な治療を行う上でも、本マニュアルを参考に、患者さんご自身、またはご家族に副作用の予防法や対処法を知っていただき、気づいたら医師あるいは薬剤師に連絡してください。

- ・眠れない症状を改善する睡眠薬や、不安な気持ちを落ち着かせる抗不安薬といった薬の多くが、「ベンゾジアゼピン受容体作動薬」という種類に属します。
- ・ベンゾジアゼピン受容体作動薬を長く服用し続けることで、その薬を服用したいと強く感じる気持ちが見られることがあり、これを精神依存と呼びます。また、同じように長く服用し続けることで、もともと得られていた効果が弱くなり（耐性と言います）、同じような効果を得るために薬の量が増えたり、薬の服用量を減らしたときや、中止したときに、不快な症状（離脱症状と言います）を生じることがあり、これらを身体依存と呼びます。
- ・このような依存の状態となると、薬を減量・中止しにくくなることがあります。
- ・依存を予防するためには、必要以上に長く服用し続けることを避ける必要がありますので、主治医とよく相談してください。

1. ベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存とは

ベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存とは、ベンゾジアゼピン受容体作動薬に分類される睡眠薬（表 1）や抗不安薬（表 2）を使用する際に注意が必要なことのひとつです。これらの薬を服用するなかで、もともとの不安や不眠などの症状が良くなっても、依存（精神依存や身体依存）が形成されてしまうことがあります。精神依存では、ある薬に対して、不安や不眠を良くするためにその薬を服用したいと強く感じる気持ちが見られます。身体依存では、その薬を服用することによって心身の安定が得られた状態であっても、薬の減量・中止で不安やイライラ感をはじめとした多彩な精神症状や神経症状を呈する離脱が生じることがあります。離脱に加え、耐性にも注意が必要です。これは、ある薬をずっと使うことで、もともと得られていた効果が弱くなり、その結果、同じような効果を得るために薬の量が増える現象のことを指します。ベンゾジアゼピン受容体作動薬に対する依存が生じて、薬をやめようとしてもやめることができなくなった状態をベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存といいます。このような離脱や耐性といった事象が関連する複雑な病態です。

わが国で、ベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存の方がどれだけいるのか、はっきりとしたデータはありません。薬の処方量などのデータからは、病院から処方を受ける人のうち、およそ 3～4%の患者さんが、睡眠薬や抗不安薬を服用していると推定されています¹⁾。また、一定の割合の人が、複数のベンゾジアゼピン受容体作動薬の処方を受けていたり、長期にわたって処方を受けていたりすることが明らかになっていますが、服用している方全員が治療薬依存を生じているという訳ではありません。

2. ベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存の予防と対処法のポイント

ベンゾジアゼピン受容体作動薬の治療薬依存は、身体依存が主な問題となります。服薬を中断すると、通常2～3日以内に最も強い離脱症状が起こるとされていますが、効果の作用時間が長い薬では、服薬を中断してから5～6日してから出現することがあります。離脱症状では、不安、些細なことでのイライラ感、筋肉のぴくつきやけいれん、脈が速くなったり汗をかいたりする症状に加えて、頭痛や吐き気などの多彩な症状が出現します。

身体依存を起こす要因として最も大きいものは、ベンゾジアゼピン受容体作動薬の長期間の使用です。加えて、高用量を服用すること、ベンゾジアゼピン受容体作動薬以外の物質依存症（例：アルコール依存など）の併存が関連すると報告されていますが、なぜ身体依存が起こるのかははっきりとしていません。高用量、長期間におよぶ使用が身体依存を生じ悪循環に陥り、副作用が生じるおそれが高まることから、ベンゾジアゼピン受容体作動薬の使用については不必要ならば服用しないこと、服用した場合でも短期間の使用に留めることが一番の予防策であると考えられます。

すでに長期に服用している場合に減量・中止を試みる場合は、不眠症状や不安症状が改善しており、日中の心身の状態が安定していることが前提と考えられます。中止するには、時間をかけて徐々に減らすのが望ましいこと、認知行動療法などのプログラム化された心理療法が有効であること、心理的サポートも重要であることが知られています。患者さん個人に合わせて徐々に減量していく方法が中心ですが、減量の途中で離脱症状がでた場合など、医師との相談

の上で、減量のやり方を微調節していく必要があります。ベンゾジアゼピン受容体作動薬を長期服用する必要がある場合もありますので、主治医と十分な相談を行ってください。



・イライラ



・発汗



・頭痛



※ 医薬品の販売名、添付文書の内容等を知りたい時は、このホームページにリンクしている独立行政法人医薬品医療機器総合機構の「医療用医薬品 情報検索」から確認することができます。

<https://www.pmda.go.jp/PmdaSearch/iyakuSearch/>

※ 独立行政法人医薬品医療機器総合機構法に基づく公的制度として、医薬品を適正に使用したにもかかわらず発生した副作用により入院治療が必要な程度の疾病等の健康被害について、医療費、医療手当、障害年金、遺族年金などの救済給付が行われる医薬品副作用被害救済制度があります。

（お問い合わせ先）

独立行政法人 医薬品医療機器総合機構 救済制度相談窓口

https://www.pmda.go.jp/kenkouhigai_camp/index.html

電話：0120-149-931（フリーダイヤル）[月～金] 9時～17時（祝日・年末年始を除く）