

シリーズー薬剤師の新たな関わり方 その3 自殺対策及び過量服薬防止への薬剤師の 役割ーゲートキーパーとしての薬剤師

長野県薬剤師会

常務理事 高田 弘子

●自殺防止に薬剤師が果たす役割●

わが国の自殺者の数は平成10年以来年間3万人を上回る状態が続き、国を挙げて自殺対策が進められています。平成24年からは減少がみられていますが、それでもなお交通事故死亡者の6倍を超える尊い命が毎年奪われています。長野県薬剤師会では平成23年より継続して、参加型研修会の実施や冊子の作成など、自殺対策及び過量服薬防止に取り組んでまいりました。本日はその内容のご紹介とともに、自殺防止に薬剤師が果たすことのできる役割についてお話しさせていただきたいと思えます。

今この放送をお聴きの薬剤師の方の多くは、きっと、何で薬剤師が自殺防止にかかわるのかと思っらっしゃることと思えます。しかし、厚生労働省が組織した自殺・うつ病対策プロジェクトチームが平成22年9月に出した答申には「過量服薬対策に薬剤師を活用せよ」という提言もなされています。自殺の原因として、約半数は健康問題が挙げられています。地域住民の健康状態に大きく関わる職種である薬剤師が、自殺対策に無縁であるということではできません。

薬剤師が自殺対策において果たすことができる役割は、大きく2つの観点からとらえられると考えられます。

●自殺予防ゲートキーパーとして行動するための4つのステップ●

1つ目は、自殺予防ゲートキーパーの一員としての役割です。皆さんは自殺予防ゲートキーパーという言葉をご存じでしょうか。自殺予防ゲートキーパーとは、「悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聞いて、必要な支援につなげ、見守る」人のことを言います。薬剤師は薬に対する専門的な知識のもと、身体や心の健康を損なった人々に接することの多い職種ですし、薬局は地域の健康支援の拠点でもありますから、このゲートキーパーとし

での役割を果たすことが求められているわけです。

それではこのゲートキーパーとしての、気づき、傾聴、つなぎ、見守りという4つのステップを薬剤師の視点から考えてみたいと思います。

実はこの内容は長野県薬剤師会の自殺対策研修会の中でスモールグループディスカッションの課題として話し合ったものです。

まず1番目、気づきです。気づき、すなわち悩みを抱える相手の変化に気づいて声をかけるということになります。薬剤師の気づきのポイントとしては、たとえば来局時に元気がない様子や悩みを抱えている様子に気づいたり、眠れない、食欲がないといった訴えなどを受けることもありますね。カウンターでは市販の睡眠薬を多数購入する方や頻繁に購入する方、誰にも相談できないと孤立している様子がかえり返る場合もあります。薬歴をみれば頻繁な受診や多剤併用、お薬手帳から薬の重複や多重受診、服薬指導時には残薬の多さや乱用が疑われるケースなど。また、薬が足りないといったクレームの形で現れることもあります。「元気がありませんがどうかされましたか」といった声かけが大切になります。

次に2番目のステップ、傾聴、これは本人の気持ちを尊重し、じっと耳を傾けるということになりますが、薬剤師としての関わりはどうでしょう。服薬指導や顧客対応の際に相手の気持ちを受け止めるべくしっかり話を聞き、共感的な態度でいることはすべての場合に重要です。薬剤師は薬を通じて長い期間相手と関わる場合が多いので、急がず長い視野で話を聞き続けることが可能です。死にたいという気持ちがあったとしても、頭から否定するのではなく、まずは共感的に受け止めることが重要です。

3番目のステップ、つなぎです。これは状況に応じて必要な支援者や相談機関につなぐという意味です。薬剤師としては、医師に対して服薬状況の連絡や疑義照会を行ったり、精神科医療への紹介や、あるいは行政の関係窓口への連絡などの対応が考えられます。また家族と連絡を取り、薬の管理をお願いしたり、あるいは介護関係者との情報共有が必要な場合もあるでしょう。

そして4番目のステップ、見守りです。寄り添いながらじっくり見守ることが大切です。つなぎを行ってもすぐに問題が解決するわけではありません。長期間の見守りが大切です。その点、薬剤師は受診が継続する限り定期的な来局が見込まれますから、「また2週間後お待ちしております」といったような声かけや、服薬状況や体調の確認を通して見守り続けることができます。時には医師に言いにくいことも相談できる気軽な相談相手として信頼関係を築くこともできます。また、かかりつけ薬局として本人だけでなく家族とも関わりを保つこともできますね。

以上、4つのステップについてお話しましたが、自殺を考えている方の多くがうつ病を発症していることがわかっていますが、うつ病にかかっている方の受診率は3割程度というデータも存在します。また、うつ症状を呈する方の7割近くが最初は内科に受診するともいわれています。薬剤師としてそのような方の変化に気づくアンテナをたて、「お変わりありませんか」「眠れていますか」といったような声かけから始めてみませんか。

●向精神薬の過量服薬に気づき、防止するためのポイント●

そしてもう1つの大きな役割は、向精神薬の過量服薬防止への貢献です。近年、向精神薬の適正な使用が強く求められている背景には次の2点が挙げられます。1つ目は、薬物依存患者の原因物質として向精神薬の占める割合が増加していること。今や覚せい剤に次ぎ2番目の乱用薬物となっています。そして、もう1つは向精神薬の過量服薬と自殺の関連が指摘されているということです。自殺された方の半数は精神科を受診しており、その6割が自殺の行動をとる際に、治療のために処方されていた向精神薬を過量服薬していたことが明らかになっています。すなわち、過量服薬による酩酊状態が抑制を解除し、自殺という衝動的行動に至ってしまうという可能性を示唆しています。薬剤師は向精神薬服用者が最後に会う医療従事者であり、私たちが渡している薬が、死にたいと思い詰めている方の背中を押している可能性があるわけです。本日はラジオですのでお見せできないのが残念ですが、手元に1枚の写真があります。山のような向精神薬のシートの中真ん中に3分の1くらい様々な色や形の錠剤の入ったペットボトルが置かれています。これは自殺した娘さんの遺した薬の処分を、お母様がある薬局に依頼された時のものです。娘さんはペットボトルの薬を服用し、3分の2を飲まれたところで亡くなりました。そしてそのシートは私たちが日頃見慣れているものばかりです。私たちがお渡ししているものが自殺の手段となる可能性があるのです。

長野県薬剤師会の研修会では過量服薬の気づきのポイント、そして防止のための具体的な声かけを考えてみました。過量服薬の気づきのポイントとしては、薬歴から受診間隔や多剤併用、お薬手帳から重複受診や薬の重複、服薬指導時には患者本人の見え方や訴え、副作用やコンプライアンス不良など、また「むしゃくしゃして薬を重ねて飲んでしまった」など診察時には語れなかった本音を聞くこともあります。具体的な声かけとしては、「よく眠れていますか」「変わりはないですか」「残っているお薬はありませんか」「何にお使いですか」「薬についてお医者さんと相談されましたか」「気になることは電話してください」など、実は私たちが日頃の業務のなかで頻繁に用いている会話が過量服薬防止へつながることが改めて認識されました。薬剤師は過量服薬のリスクの高い患者を早期に見つけ出し、適切な医療に結びつけるためのキーパーソンとして重要な役割を担っているのです。

●長野県薬剤師会独自の取り組み●

以上、2つの役割を中心にお話しさせていただきましたが、最後にもう少し長野県薬剤師会の取り組みについて紹介させていただきたいと思います。先ほど申しあげました自殺対策研修会における参加者の討議のなかから「実際に事例に直面した際に連携をとる紹介先を日頃から把握すべきである」との意見が出され、それを受けて「かかりつけ薬局・薬剤師から関係機関への紹介先リスト」を作成いたしました。自殺予防ゲートキーパーの心得、過量服薬防止のための薬剤師の対応、薬剤師がつなぐ可能性の高い紹介先のリストを掲載し、実際につなぐ際のフローチャートが示してあります。巻末には「地域の相談機関リスト」のページを空欄で用意し、各地域や個々で得た情報を記入できるように工夫しま

した。ご興味のある方は長野県薬剤師会保険医療課までお問い合わせをお願いします。また、過量服薬防止の啓発のためのしおりも作成いたしました。表面はゲートキーパーの啓発、裏面には「おくすりたまっていませんか？」と呼びかけるしおりを一昨年度、昨年度と計14万枚作成し薬局及び県内の書店において配布いたしました。薬局では声の届きにくい若い世代の利用者の多い書店での配布は有効な手段であると思われま

す。自殺対策は決して特別なことではありません。日頃の薬剤師としての業務を、意識を高く持ち、さらに充実して行うことが、薬剤師が自殺防止に貢献できる第一歩だと思っています。自殺に傾いた方を支えるためには地域でのネットワークが不可欠です。薬剤師がゲートキーパーとしての意識を高く持ち、地域のネットワークの一員として職能を果たしていくことができると考えます。