

## 大人のてんかん

てんかんは、脳内の神経細胞が突然過剰に興奮して意識障害やけいれんなどの発作が起きる慢性的な脳の病気です。脳に病気が起こったり傷がついたりすると、脳の複雑なネットワークになんらかの障害が起こり、それが原因となりてんかんを発症します。

大人の場合、原因は事故などによる外傷が多く、脳に傷がつくと一部がうまく働けなくなり発作を引き起こします。他にも、脳卒中、脳腫瘍、髄膜炎の後遺症などが原因の場合もあります。てんかんは子どものときに発症することが多いため子どもの病気と思われがちですが、実は最も発症が多いのは高齢者です。



てんかん発作には全身発作と焦点発作がありますが、全身発作の場合には、突然の意識消失の後に全身が震える全身けいれんが起こります。焦点発作の場合には、口をモゴモゴする、手をモソモソさせる、一点を見つめてボーっとしている、問いかけても答えが返ってこないなど症状はさまざまで、過剰な興奮が起こった脳の領域によってそれぞれ特有の症状が出ます。また、人それぞれ発作の起こる領域が決まっているために、発作ごとに同じ症状が繰り返されます。

大人の場合、治療の基本は発作を防ぐ抗てんかん薬を服用することで

す。治療効果が安定するまでは、発作を誘発するような過度の肉体的・精神的に負担となる仕事や運動、高所作業、夜間の勤務は避けて、睡眠不足にならないようにします。幸い高齢者は薬が効きやすく、薬を服用していくことで9割近くの人は発作がなくなり普通の生活が送れるようになります。



てんかん発作は、いつ、どんな状況で起こるか分からないため、家族や職場など周囲の人が病気を理解しサポートすることが大切です。また、高齢者のてんかんは焦点発作が多く、認知症の症状と間違われやすいため、気になる症状がみられたり同じ症状が繰り返されたりする場合はてんかんも疑って医療機関で相談しましょう。

ある飲食物と一緒に特定の薬を服用すると相互作用を引き起こすことがわかっています。飲食物の成分が薬の作用に影響すると、薬が効きすぎて副作用が出たり、逆に効きにくくなって治療の妨げになったりすることもあります。

- ① グレープフルーツジュースと血圧降下薬のある一部の薬を同時摂取すると、薬が効きすぎて血圧が下がり過ぎてしまうことがあります。これは、グレープフルーツのフラノクマリン類という成分が、薬の代謝を行う酵素の働きを阻害して、薬の作用が強くなってしまったためです。
- ② ワーファリンという薬（血液を固まりにくくする薬）を服用中に、ビタミンKを多く含む食品（納豆、青汁、クロレラ）を摂取すると、

## NG! 飲食物と薬の相互作用 NG!

薬の効果が弱くなり血栓ができやすくなる場合があります。ワーファリンはビタミンKの働きを阻害することにより効果を発揮するため、食品からビタミンKをたくさん摂ると拮抗的に効き目が弱くなるためです。これらのような相互作用が起らないようにするには、薬を服用している間は治療を優先して、該当飲食物を控えるようにするしかありません。また、高齢者がよく利用している健康食品にも薬と相互作用を引き起こす成分が含まれている場合もあります。自分が服用している薬は飲食物の影響を受けるかどうか医師に確認したり、薬剤師にも薬と普段よく食べているものやサプリメントに相互作用がないかどうか調べてもらったりしましょう。

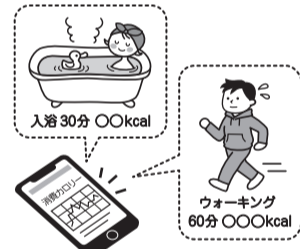
【飲食物と薬の相互作用の一例】

食物	関与成分	医薬品	作用
グレープフルーツジュース	フラノクマリン類	一部の降圧薬など	同時飲用により薬の作用が増強する
納豆	ビタミンK	ワーファリン (血液を固まりにくくする薬)	薬の作用が减弱する
クロレラ			
青汁			
カルシウムを多く含む食品		一部の抗菌薬	薬の作用が减弱する
大量の牛乳		骨粗鬆症薬(活性型ビタミンD <sub>3</sub> )	高カルシウム血症など副作用が起りやすくなる
コーヒー	カフェイン	気管支拡張薬(テオフィリン薬)	薬の作用が増強する
紅茶			
緑茶			
アルコール		睡眠薬・抗不安薬など	同時飲用により薬の作用が増強する

スマホのアプリというところ、毎日使うSNSやゲームなどのイメージが強いかもしれませんが、最近では食事の内容やカロリー、時間などを記録できたり、運動した時間や強度、消費カロリーを計算できたりする。そんな状況で起こるか分からないため、家族や職場など周囲の人が病気を理解しサポートすることが大切です。また、高齢者のてんかんは焦点発作が多く、認知症の症状と間違われやすいため、気になる症状がみられたり同じ症状が繰り返されたりする場合はてんかんも疑って医療機関で相談しましょう。

## アプリで健康管理

返りにつながり、継続するモチベーションを保つことができます。また近年では、禁煙や発達障害に対する「治療アプリ」が医療機器として承認や届出されており、医療機関を受診しながらアプリも利用することで治療効果を高める取り組みが行われています。例えば禁煙アプリでは、ニコチン依存症と診断された患者に処方され、自宅などでの喫煙状態や喫煙したい気持ちの程度、服薬状況などをアプリに入力すると、その情報に応じて医学的なエビデンスに基づいた治療



ガイドランスが自動で提示されるようになっていきます。ニコチン依存は、身体的依存と心理的依存によって引き起こされるとされ、身体的依存には禁煙補助薬が効きますが、心理的依存に関しては薬が効かないといわれています。心理的依存に対して対面診療する禁煙外来の時間だけでは短く十分ではないため、次の診療までの空白期間をフォローするためにアプリが開発されました。承認に際しての比較試験では、アプリを使った患者の方が禁煙の継続率が高いという効果が示されています。今後ますます健康管理にアプリの活用が期待されます。またそういったアプリを使ったことがない人も、日々の体調の記録などから使ってみてはいかがでしょうか。

体質改善 漢方相談 ダイエット 処方せん 美容エステ

# あさひ薬局 開成本店

どんなことでもお気軽にお電話ください。  
 専門のスタッフが丁寧にお応えします！

0120-44-0346  
 佐賀県佐賀市開成3-5-42  
 TEL:0952-33-0346  
 FAX:0952-33-0341  
 営業時間:AM9:00~PM7:00  
 定休日:日曜・祝祭日

ホームページは  
**コチラ**

あさひ薬局開成店