



統合失調症の服薬ガイド

# あなたに合った薬と出会うために

監修 昭和大学名誉教授 上島 国利



大塚製薬株式会社

## 緊急連絡先

医療機関名

連絡先

あなたの主治医

あなたの治療スタッフ



2018年3月改訂  
AB1803080  
(7519) AT

# INDEX



はじめに ————— ③

あなたに合った「薬」は、歩きやすい快適な「靴」と似ています ————— ④

あなたに合った薬と出会うために大切なこと ————— ⑥

あなたの現在の状況をチェックしてみましょう ————— ⑧

薬を変えたいと考えているあなたに ————— ⑫

新しい薬への切り替え方法 ————— ⑭

薬の切り替え時に注意しておきたい症状 ————— ⑯

薬の切り替え Q&A ————— ⑱

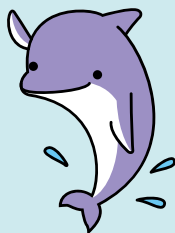
剤形変更 Q&A ————— ⑳

この冊子で使用している「靴」のコンセプトは、社会福祉法人 桜ヶ丘社会事業協会 桜ヶ丘記念病院 宮本聖也先生よりご提供いただきました。

イラスト：松島むう©

こころの健康情報局「すまいるナビゲーター」は、統合失調症・双極性障害・うつ病の当事者・ご家族を対象に、疾患や治療、各種制度をはじめ、地域での取り組みなど、疾患に関わる情報を発信するサイトです。本冊子の内容は「すまいるナビゲーター」でもご覧いただくことができます。その他にも役立つ情報を幅広くお届けしていますので、ぜひご覧ください。

<http://www.smilenavigator.jp/>



## はじめに

統合失調症の治療目標は、症状をコントロールしながら、あなたが自分らしく生活を送ることにあります。統合失調症の治療の中で、薬物療法は、あなたの回復（リハビリ）を助ける基本となる治療です。しかし、薬の効果や副作用の出かた、飲みごちや使い勝手など、その薬に対する印象は人によって異なるために、治療開始からぴったり合った薬に出会う人もいれば、いくつかの薬を試したあとでやっと自分に合った薬にたどりつく人もいます。

あなたの毎日の生活がより良いものになるように、現在服用している薬があなたに適しているかどうかについて考えることはとても大切なことです。



あなたの将来の夢(希望)は何ですか? ●●●●

あなたの夢を下に書いてみましょう。

-----

# あなたに合った「薬」は、 歩きやすい快適な「靴」と似ています

統合失調症の治療は長期にわたります。「薬」は、用量によっては十分な効果を得られませんし、困った副作用が発現する場合があります。また、生活パターンに合った服用回数や剤形<sup>\*</sup>、飲みごちや使い勝手など、印象の良い薬を選ぶことも、長く治療をつづけるためのポイントです。

<sup>\*</sup> 抗精神病薬の剤形には、経口剤（錠剤、口腔内崩壊錠、液剤、細粒剤）や持続性注射剤（LAI：エル・エイ・アイ）があります。



## 「薬」を「靴」にたとえてみると・・・

- あなたの治療目標（夢や希望）
  - 目的に合った靴の種類を選ぶ（スニーカー、ブーツなど）
- 薬の用量 ➡ 靴のサイズや重さ
- 副作用 ➡ 足のトラブル（靴ずれなど）
- 剤形や服用回数 ➡ あなた好みの色やデザイン
- 薬に対する印象 ➡ 靴の履きごち（飲みごち、使い勝手）

リカバリーへの道を快適に歩いて行くためには、専門家と相談しながらあなたの足にぴったり合っ、長く歩き続けられる、歩きやすい「靴」選びが大切です。

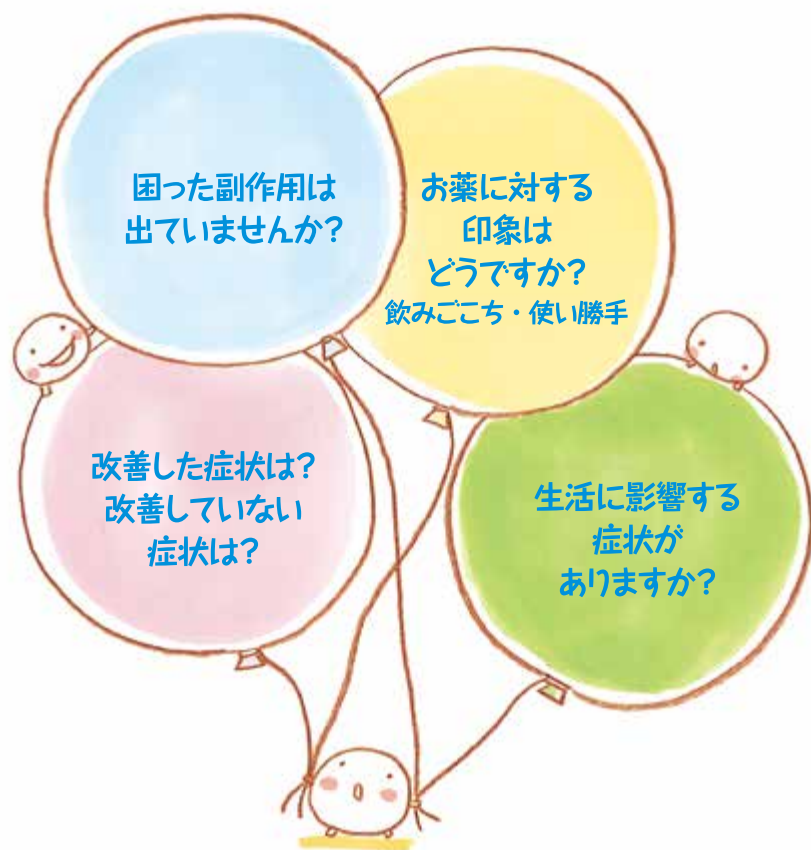
あなたに合った靴を探しましょう！

提供：社会福祉法人 桜ヶ丘社会事業協会  
桜ヶ丘記念病院 宮本聖也先生



# あなたに合った薬と 出会うために大切なこと

あなたは、現在服用している薬の効果や副作用、薬に対する印象、生活への影響などについて、どのように思っていますか？ 毎日飲み続けられそうですか？  
そして、その思いを主治医や治療スタッフにどのくらい伝えていきますか？



治療の主役はあなた自身です

大切なことだよ

あなたが感じていることを  
積極的に伝えるようにしましょう。



薬の効果や副作用はもちろん、薬に対する印象、毎日の生活で困っている症状などは、あなたに合った薬を探していくための貴重な情報になります。

# あなたの現在の状況を チェック☑してみましょ

現在、気になる症状がどのくらいありますか？ どの程度生活に影響がありますか？ また、その項目について生活上「困っている」かをチェックしてみましょ。

## 1 あなたの現在の状況

チェックしましょ

通院は？  外来  外来+デイケア

日中の活動は？  学校  仕事・アルバイト（週に\_\_\_\_\_時間）

就労支援事業所  生活訓練事業所

地域活動支援センター

その他（\_\_\_\_\_）

## 2 気になる症状

	(ほとんど) ない	少し がある	わりと がある	かなり がある	困って いる
幻聴（あるはずのない声が聞こえる）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
意欲がわからない、何もする気にならない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
喜んだり、楽しんだりできない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
手がふるえる・体がスムーズに動かない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
じっとしていられない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
日中眠くなる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
頭がボーっとする、だるい	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
[男性]勃起しない・射精しない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
[女性]生理がない・不規則	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	(ほとんど) ない	少し がある	わりと がある	かなり がある	困って いる
体重の増加（服薬開始から+_____kg）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
のどが渇く	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
便秘	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
めまい・立ちくらみ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
※その他、気になる症状を記入し、評価してください	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 3 生活のしづらさ

	(ほぼ) できる	やや 難しい	わりと 難しい	とても 難しい	困って いる
自分の身の回りのことをする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
規則正しい生活をする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
生活や趣味を楽しむ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
対人関係や友だち付き合い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
学校での勉強、職場・家庭での仕事	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
※その他、生活上、気になることを記入し、評価してください	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

次頁に続きます

#### 4 服薬で困っていること・心配なこと

☑ チェックしましょう

	(ほとんど) ない	少し ある	わりと ある	かなり ある
薬を飲むのを忘れてしまうことがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
毎日薬を飲むのが面倒だ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
人前で薬を飲むことに抵抗がある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
薬の量を自分で調整してしまうことがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
家族や周囲の服薬確認にイラっとすることがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
薬を飲む時間が気になって活動を控えることがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
再発がとても心配	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
薬を服用するのがイヤだと思うことがある	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
その他、服薬のことで気になることを記入し、評価してください	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
_____	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

P.8～10「2. 気になる症状」「3. 生活のしづらさ」「4. 服薬で困っていること・心配なこと」の質問で何か困っている問題があるとチェックされた方は、他の薬への切り替えや剤形の変更などで改善できる可能性があります。あなたがその改善を希望される場合は、主治医に相談してみましょう。

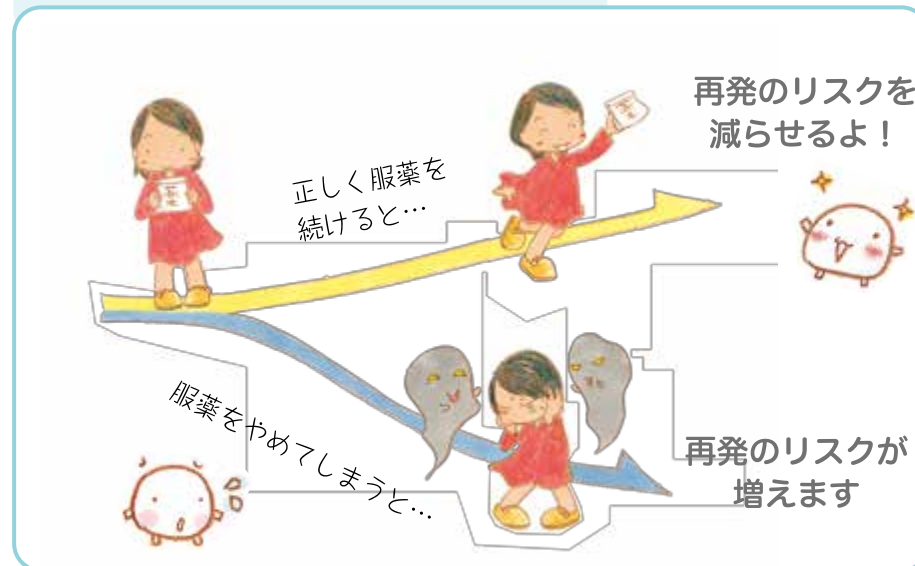
### 統合失調症は再発しやすい病気です

統合失調症は再発を繰り返しやすい病気で、服薬の中断は再発のリスクであることが知られています。再発を繰り返すと下記のおそれがあります。

- ・精神機能や社会的な機能が低下して、今までできていたことができなくなる
- ・薬が効きにくくなって回復に時間がかかるようになる
- ・多くの方が再入院になる

ただし、主治医の指示通りに服薬を継続すれば、再発のリスクを抑えられることが知られています。

#### 正しい服薬による再発リスクの減少(イメージ)



切り替え →

P.12～22へ

剤形変更 →

P.22～23へ

# 薬を変えたいと考えているあなたに

薬を十分な期間飲み続けているのに、症状が改善しない、もしくは副作用や日常生活で困った問題が現れている場合には、新しい薬への切り替えが検討されることがあります。薬の切り替えを行うにはいくつかの条件がありますから、切り替えに伴うリスクを減らすためにも、あなたの現在の状況を確認してみましょう。

切り替えの準備は大丈夫？



## 薬の切り替えを行うにあたっての確認事項

### 1 現在の服薬状況および病状

■ 現在の薬を服用してから 約 年 月 日 まで

■ 前回の退院から (または、症状が落ち着いてから) 約 年 月 日 まで

現在の薬の効果がきちんと評価されるまで、薬の切り替えはお勧めできません (p20 の Q&A を参照)。新しい薬への切り替えは 6カ月ほど期間を空けた方がよいでしょう。しかし、副作用が原因で服薬を中断し再発してしまった場合は、すぐに新しい薬を開始できます。

### 2 薬の切り替えを優先した生活や行動ができますか？



■ ストレスのかかることや生活環境が大きく変わる予定はないですか？  はい  いいえ

■ 家族や友人、医療スタッフの協力を得ることができますか？  はい  いいえ

■ 何かあったら、すぐに医療機関を受診することができますか？  はい  いいえ

新しい薬があなたに適しているかどうかは、服用前に確実に知ることはできません。薬を切り替える場合の利点や欠点、切り替えの進め方について家族や主治医、治療スタッフとよく話し合ってください。

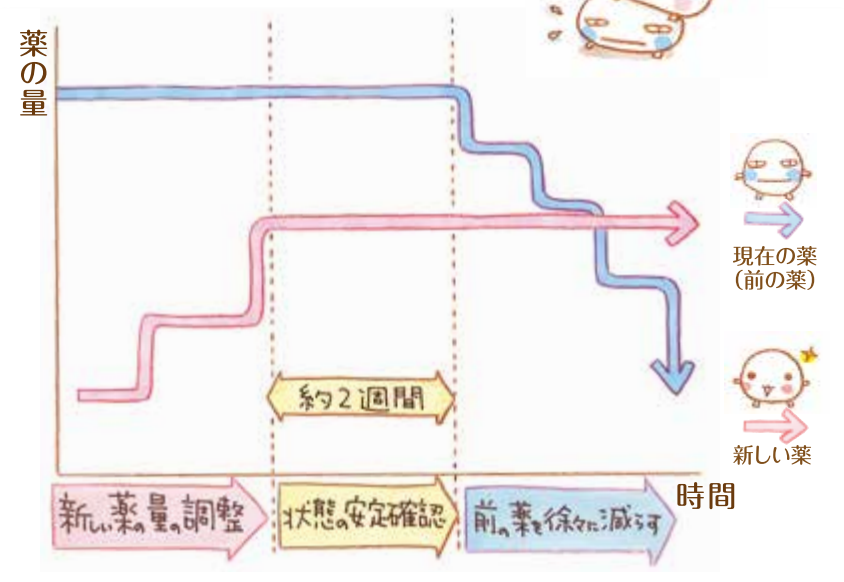


# 新しい薬への切り替え方法

薬の切り替えには大きく3つの方法があります。どの方法で行うかは、切り替える理由やあなたの状態（症状や副作用）、薬の種類・剤形によって異なります。

## 1 1 上乗せ後漸減法 ぜん げん

現在服用している薬の用量はそのまま、新しい薬を追加し、量を調整した後で前の薬を徐々に減らしていく方法です。



### 利点

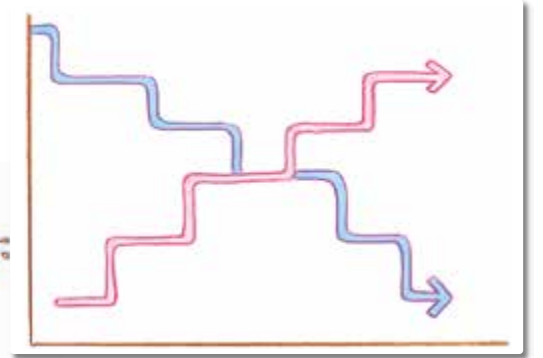
- 切り替え中の症状の悪化や、前の薬の離脱症状りだつが出現する可能性が低い (p.16 参照)。

### 欠点

- 前の薬と新しい薬が重複している時期は、一時的に薬の量が増えるため副作用発現の可能性が高まる。
- 他の方法に比べて切り替え完了まで時間がかかる。

## 2 2 漸減漸増法 ぜん げん ぜん ぞう

現在服用している薬の量を少しずつ減らし、同時に新しい薬を徐々に増やしていく方法です。



### 利点

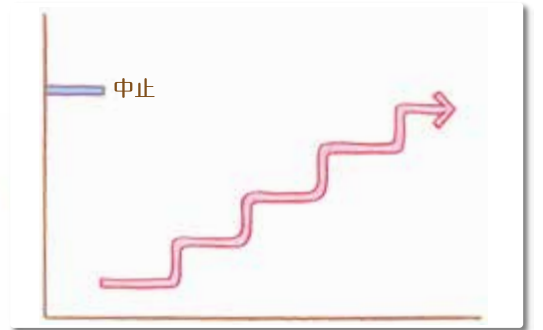
- 新しい薬の開始と同時に前の薬を減らしていくので、1の方法に比べて切り替え完了までの時間が短い。

### 欠点

- 切り替え方法が複雑。
- 切り替え中に症状が不安定になることがある。
- 切り替え途中でみられた症状がどちらの薬によるものかわかりにくい。

## 3 3 即時中断漸増法 ぜん ぞう

現在服用している薬を直ちに中止し、新しい薬を徐々に増やしていく方法です。



### 利点

- 最も簡単な切り替え方法。

### 欠点

- 薬を急激に切り替えるため、症状の悪化や前の薬の離脱症状りだつが出現する可能性が高い (p.16 参照)。

※副作用止めは、薬の切り替えが完了してもしばらくは継続して飲む必要がありますが、原因の症状がなくなれば少しずつ減量していきます。



# 薬の切り替え時に注意しておきたい症状

薬の切り替え中は、体の中で新しい薬が前の薬と置きかわっていきますから、一時的に脳の働きバランスが崩れて、下記のようなさまざまな症状が発現する可能性があります。しかし、これらの症状の多くは一過性(数日から数週間)であり、経過を観察し、薬の調整をしていくことで次第に軽快していきます。

## 1 一時的な症状の悪化

新しい薬の効果が安定するまでの間は、一時的に精神症状などが悪化することがあります。

## 2 前薬の中止または減量による症状 (離脱症状、リバウンド症状)

前の薬を中止または減量してから数日～1カ月の間にみられることがあります。

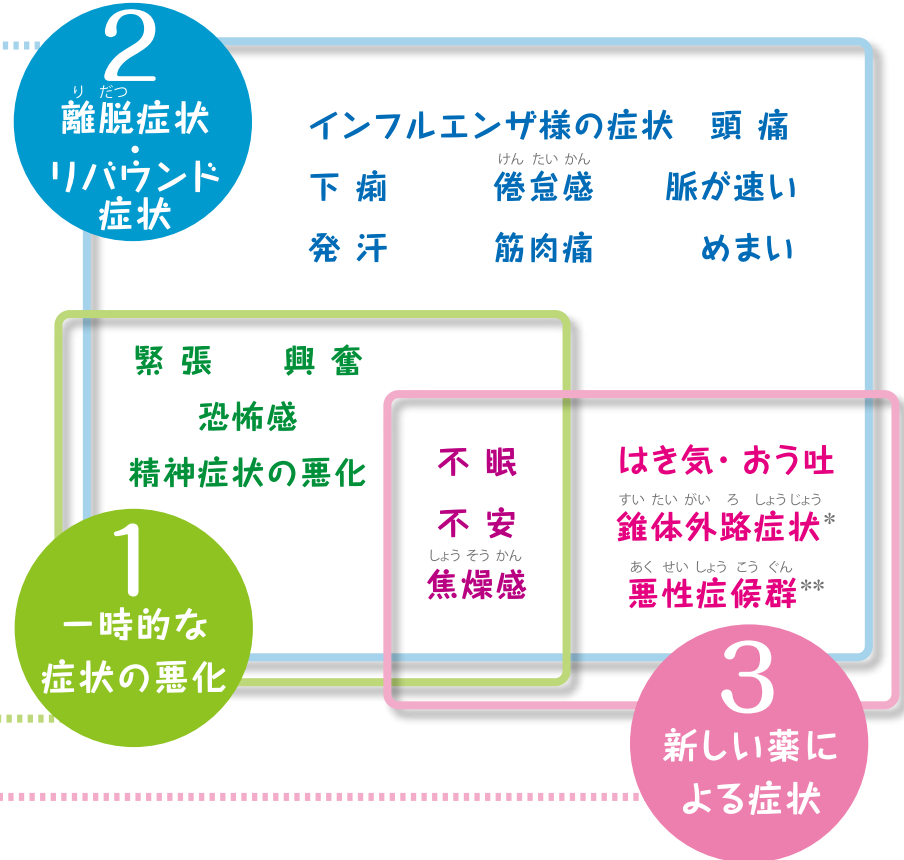
## 3 新しい薬による症状

一般的に、薬の服用を開始してまもなくは副作用が出やすい時期です。

服薬によって生じる“変化”は、あなたに合った薬物療法を進めていくうえで貴重な情報です。何かいつもと違った変化を感じたら、すぐに主治医や治療スタッフに相談してください。

## 薬の切り替え時に起こりうる症状

これらの症状はよく似ているために、原因を見分けることが難しい場合があります。自己判断で服薬を調整してはいけません。



### \*錐体外路症状

手足のふるえ、筋肉のこわばり、  
そわそわ感、落ち着かない感じ、  
足がムズムズする、など

### \*\*悪性症候群

38℃以上の高熱、汗を多くかく、脈が速くなる、  
筋肉のこわばりが強い、など。まれな副作用です  
が、これらの症状が出たらすぐに受診しましょう。

# 薬の切り替え Q&A

Q

切り替えた薬の効果はどのように判断すればよいですか？

A

薬の切り替え完了から6週間は前の薬の影響が残っている可能性がありますから、注意して様子を見ていきましょう。十分な量の薬を3カ月くらい飲めば、おそらくどの程度その薬が効いているかどうかわかるでしょう。



## 新しい薬に切り替えて期待できること

- ✓ **副作用が減る**  
数日で良くなることもありますが、数週間～数カ月かかることもあります。
- ✓ **陽性症状（妄想・幻覚・思考障害）が少なくなる**  
数週間～数カ月の単位で改善します。完全には消失しないこともあります。
- ✓ **陰性症状（感情の平板化・思考の貧困・意欲の欠如・自閉）が少なくなる**  
改善は部分的なことが多く、ゆっくり数カ月にわたって良くなります。
- ✓ **認知機能障害（記憶力・注意力・判断力の低下）が少なくなる**  
改善は部分的なことが多く、完全には消失しないこともあります。
- ✓ **抑うつや不安の軽減**  
他の症状の改善とともに良くなる傾向があります。

新しい薬の効果は、最初の数カ月の間、はっきりせず目立たないことがよくあります。本人も効いたという自覚がなく、目に見えて症状が変化していないようでも、家族や身近な人たちは「以前の彼女（彼）のようだ」とか、「目の輝きが戻った」など、直感的に変化を感じる場合があります。その場合は、「わずかに改善あり」として、6～12カ月間はその薬を継続してみていきましょう。



わずかな変化でも、気づいたら医師に伝えるようにしましょう。薬の切り替えの効果や変化などを記録しておく、医師への情報提供に役立ちます。

# 薬の切り替え Q&A



新しい薬があまり効かない場合はどうすればよいですか？



まずは主治医もしくは治療スタッフの方々にあなたの症状について報告し、その薬が本当に効かなかったのか確認しましょう。

## 本当に陽性症状\*が悪化したのでしょうか？

突然、本人が幻覚や妄想のことなど話をはじめることがありますが、これは改善のさざしかもしれません。

\*妄想・幻覚・思考障害などの症状

## 指示どおり薬を飲んでいましたか？

指示どおりに薬を飲んでいないと、適切な効果判定ができません。

薬の切り替え完了から3カ月たっても新しい薬があなたに合わなかった場合は、以下が検討されます。

- 以前の薬に戻る
- 別の薬に変更する

## 新しい薬の用量や服薬期間は適切でしたか？

新しい薬の量を増やしたり、効果の判断にもう少し時間をかける必要があるかもしれません。



薬の切り替えは成功したように思うのですが、何かこれから注意することはありますか？



新しい薬がよく効いて症状や副作用が軽減されるのはうれしいことですが、その結果、新たな問題が生じることがあります。家族やスタッフは、本人がその問題を乗り越え、病気とうまく折り合い、自分らしい生活が送れるよう援助しましょう。



## 症状の回復に伴って生じる新たな問題

- ✓ **病気はもう治ったと思って服薬しなくなる**  
服薬の中断は症状の再発につながります。
- ✓ **急激な感情の回復**  
つらい感情（さびしさ、恥ずかしさ、悲しみなど）が押し寄せる。
- ✓ **周囲の期待や要望の高まり**  
新しいストレスを感じる。挫折することも。
- ✓ **病気で失った時間を取り戻そうとする**  
焦った行動（職探し、デートなど）で苦い経験をするかも。
- ✓ **再発するかもという不安**  
薬が効かなくなったというよりも、多くは回復によってストレスが増えたことが原因です。回復に伴う「良い」ストレスも、挫折による「悪い」ストレスも同じように症状を引き起こします。

# 剤形変更 Q&A

Q

どのような剤形があるのですか？  
どんな特徴がありますか？

A

どんな剤形があるかは薬によって異なりますが、錠剤や散剤といった一般的なものの他に、水なしで飲める内用液（液剤）や口腔内崩壊錠、その他に1回の投与で2～4週間効果が持続する持続性注射剤（LAI）があります。

あなたの身体にあった薬（成分）に出会っても、飲み忘れがあったり、服用を面倒だと感じたり、服薬で困っていることがあるとせっかくの効果が得られない可能性があります。

同じ薬であれば剤形が変わっても同様の効果が期待できますから、無理なく自分らしい生活をしながら治療を続けられる剤形を選ぶことも大切です。服薬について不安や心配があれば、主治医に相談してみましょう。

Q

持続性注射剤を使ってみたいのですが、だれでも使えるのですか？

A

持続性注射剤（LAI）は同じ成分の飲み薬を使っていて症状が安定している方が対象です。また、一度注射すると2～4週間効果が長続きする分、副作用が出現すると長く症状が続いてしまうという欠点があります。そのため、事前に主治医と相談して、症状が安定していることを確認したり、飲み薬を飲んで薬との相性を調べたりする必要があります。LAIの使用を希望される場合は、まず主治医にあなたの希望を伝えて、心配なことがあれば聞いてみましょう。

