

# これから抗不安薬を服用する患者さんへ

2013年1月

みどり病院・すこやか診療所・華陽診療所・こがねだ診療所

## 【効果について】

- この薬は、気持ちを落ち着かせ、不安や緊張をやわらげ、ゆううつな気分を改善させるベンゾジアゼピン系薬剤です。安定剤とも呼ばれています。

## 【長期間服用した場合の副作用について】

最近の研究で、**長期間服用すると**以下の様な問題が生じることがわかってきました。

- ①依存（薬がないと困る）が生じる
- ②認知機能（記憶力の低下、集中力・注意力など）の低下がおきる
- ③認知症になるリスクが増大する

## 【服用方法について】

- 抗不安薬のみ開始した方
  - ①症状が改善した場合、徐々に減らしていきます。
  - ②数か月服用しても改善しない場合、医師の診断により他の薬・もしくは専門治療が必要となります。この場合も抗不安薬は徐々に減らしていきます。
- 抗うつ薬と一緒に開始した方  
抗うつ薬の効きめが出るまでの数週間（推奨は4週間まで）服用します。その後、抗不安薬は徐々に減らしていきます。

## 【服用を終了するときは、薬の量を徐々に減らしていきます】

- 患者さんの状態を観察しながら、医師がくすりの減らす時期を調整します。
- 症状がよくなっても、自分の判断で飲む量を減らしたり服用を中断したりしないでください。  
**突然、服用を中断すると、手足の震え・不眠・不安・頭痛などの中止後症状（抗不安薬中止による体調変化）があらわれることがあります。**

疑問点・心配なことなどありましたら、医師・薬剤師にご相談ください。