

## お薬を止めたいとき、飲みたいとき。

診察室では温暖化を実感するように10月中旬までクーラーが必要でしたのに、2日後から暖房が必要になりました。秋は無くなったかのようです。花粉症も9月中旬からスギ（雌花）、イネ科の一部、シイ、ヒノキ、ケヤキと続いて大物が花粉を作り始め、咳、湿疹、倦怠感、頭痛、鼻炎、結膜炎、めまいなどの症状が出ています。

さて、お薬についてですが、感染症や急な症状で短期間服薬が必要な場合は、その薬にアレルギーが無く、有効なものは、問題がありません。慢性の症状で長期間服薬している場合に、症状が改善され、服薬を中止したいが、止めると悪化する場合です。一つは合う薬を服用しているから症状が改善されている場合は止めても悪化しなくなるまで服用は必要と思います。血液検査やORTで副反応のチェックをして続ける必要があるでしょう。

もう一つは、症状は良くなっているが、服用している薬の依存症になっていて、止めると禁断症状で悪化する場合があります、結局止められなくなる場合です。メンタルに影響する薬は多い傾向があります。この場合、主治医先生より止めても良い、と了解があれば、禁断症状なく止めることはできますが、3か月程かかります。毎日、100分の1ずつ減らしていくのです。根気がいりますが、安全に止めることができます。軽い場合はもっと簡単に10分の1ずつ減らしても良いです。症状が出てつらいとき服用して楽になる、良くなったら止めても何ともない、と言うのがほとんどの方なので、過度のご心配には及びません。

逆に、必要な薬なのに副反応が強く服用できない時があります。慢性の神経の疼痛に悩まされる場合など、医学的に、この薬が必要だとなりますが副反応が強い。この場合は、止める時の逆をやります。ORTで安全に服用できる最適量を調べて、少しずつ増やしていくのです。どこまで増やせるかをチェックしながら症状の消える量を調べていきます。一般的な薬の量は、かなり大雑把です。大人量なら体重が50キロの方も90キロの方も同じです。新型コロナワクチンでも大人は0.3mlと決まっているのですが、0.2mlでなければ打てない方も何人かいました。体重や、薬剤の耐性により本当の必要量（最適量）は違っているのだと思うのです。まれにその病気に必要な薬なのに、どんなに少なくしても体には不適、となる場合は、別の薬を探さなくてはなりません。もともと相性の悪い薬なのでしょうから。

ただし、このように服用が困難な場合に安全に服用できるようにするのは、毎日服用が必要なものに限ります。頓服薬はたまに服用するものですから、このようなやり方は通用しません。安全で有効なものを探すのが、一番大事です。