

【目次】

はじめに

第一章**高齢者医療の実態—ポリファーマシー(多剤処方)****あなたは薬が多いのにやめたいとは言い出せない**

- 1 薬が多い例 — どうしてやめられない? —
- 2 何が問題なのか? — 高齢者の薬物服用 —
- 3 多剤処方を防ぐにはどうしたらよいか — 医療者への提言 —
- 4 高齢者は控えたい薬 — でもよく使われている薬 —
- 5 薬に対する依存の問題 — あなたが「薬が欲しい」と言っている —

第二章**高齢者に多い病気と処方される薬—その弊害—**

- 1 風邪とインフルエンザ — 抗生剤は必要ない —
- 2 肺炎 — 適切な抗生剤の投与が必要 —
- 3 不眠症 — 短時間作用型催眠薬、転倒に注意 —
- 4 尿路感染症 — 有効な抗生剤で短期間治療 —
- 5 頻尿 — 原因を明らかに —
- 6 便秘症 — 古くからある便秘薬 —
- 7 高血圧症 — 高齢者では血圧を下げ過ぎない —
- 8 糖尿病 — 低血糖に注意、漫然と服用しない —
- 9 脂質異常症(高脂血症) — 低コレステロール血症に注意 —
- 10 慢性腎臓病(慢性腎不全) — 食事療法から原因疾患薬物療法へ —
- 11 腰痛症 — 消炎鎮痛剤、胃腸障害に注意 —
- 12 骨粗しょう症 — 治療薬の服用に注意 —
- 13 逆流性食道炎 — 胃酸分泌抑制剤、長期服用に問題 —
- 14 一過性脳虚血 — 脳梗塞予防に血液凝固抑制剤、抗血小板薬 —
- 15 狭心症 — 効果的治療薬:ニトログリセリン —
- 16 慢性心不全 — 有効な薬物は開発されていない —
- 17 不整脈・心房細動 — 心房細動から脳梗塞予防薬 —
- 18 前立腺肥大症—薬物療法は限定的 —
- 19 男性機能障害症(ED) — 一過性効果薬開発されている —
- 20 認知症 — 治療薬は開発されていない —

第三章**その「サプリメント」本当に必要か?**

- 1 階段が楽に上れるようになった — グルコサミン・コンドロイチン —
- 2 この「サプリメント」でダイエットに成功した — L-カルニチン —
- 3 目がよく見えるようになった — アントシアニンとルテイン —
- 4 昔の「あの活力」取り戻した — アルギニン・オルニチン・マカ —
- 5 お肌がつやつやになった — コラーゲン —
- 6 ドリンク 1 本、今日も元気! — カフェインと糖 —

第四章

高齢者のあなたにその検査、本当に必要なのか？

- 1 がん早期発見神話 — 「人間ドック」
- 2 前立腺がん検診
- 3 肺がん検診
- 4 乳がん検診
- 5 胃がん検診
- 6 大腸がん検診

おわりに

付記