



スクリーン下ろし

正真正銘の女子プロゴルファーがついにやってくれました  
日本一の美人プロ **竹村真琴** がビキニに!

令和最強の美女軍団 **8woman**  
こんなヘアヌードが見たかった



筑波大卒リケジョの「完全なるパンチラ」

日本一SEXYな女子アナ **塩地美澄** / フォロワー 438万人 **森咲智美** / 元RQ女優 **川村那月**



早大3年生の「考えるフェラ」

週刊 **ROKKA**

東京五輪メダリスト114人登場  
もう一度遊ばす

2021 Sep. 8.27/9.3  
特別定価550円

創刊52周年  
ご愛読大感謝

合併号  
合計12053名様  
プレゼント

気が早すぎる大問題 **この年末、忘年会はできるのか?**

1970年代が甦る

「健康」と「お金」の特集は本誌の専売特許です / 全24ページ

**昭和のスター「衝撃の告白」**

渥美清「オレも童貞喪失を語ろうか」梅宮辰夫「俺はSEXに淡泊なんだ」  
青島幸男「オレの浮気はカミサン公認だア」三國連太郎「ボクはいま、自慰覚悟なんだ」  
勝新太郎、浅丘ルリ子、津川雅彦、鶴田浩二、坂上二郎……全頁赤裸々すぎです!

「多すぎる薬」にお悩みの皆様、「薬のやめ方」イチから教えます

**ワクチン接種後の断薬の手続きすべて**

**断薬の名医全国25医院が全面協力**

かかりつけ医にどう切り出すか、セカンドオピニオンをどう求めるか  
高血圧、糖尿病、高コレステロール、頭痛、腰痛、痛風、不眠症、認知症 **病気別実例集**

今から準備すれば、絶対に損しない / 必ず得する最新常識を網羅しました

**6大図解 完全版**

**新・あなたの相続**

いつまでに何をやればいいのか? どんな家族がトラブルになりやすい?  
2022年から生前贈与は意味がなくなる? 得する一括贈与の特例は廃止? ↓疑問のすべてに答えます

手続きスケジュール表 財産目録 名義変更 遺言書作成  
遺産分割協議書 相続税の申告・納付・更正請求 相続登記

これで安心!

「安倍と麻生の極秘会談で「菅降ろし」の号砲が鳴った」

阪神V戦士座談会「16年ぶりの優勝の条件はコレヤン」

PART3

不眠症、うつ病、統合失調症、認知症——同じ系統の薬ばかりに！  
睡眠薬抗うつ剤に頼らず暮らせませす

不安を和らげるために飲む薬が、新たな不安を生むことも。

よく「歳をとると早起きになる」と言われるが、これは感覚的な話にとどまらない。年齢を重ねると血圧、体温、ホルモ分泌などの睡眠を支える生体機能リズムが若い頃

に比べて「前倒し」になるため、健康な高齢者でも早期覚醒や中途覚醒しやすい。そこに心身の不調が重なれば、「不眠症」につながるやすくなる。

「男性は2種類の睡眠薬を5年ほど飲み続けていましたが、『夜中にトイレに起きた時にフラつく。転倒が怖いから薬をやめたい』と来院されました」  
男性が服用していたのはベンゾジアゼピン系の薬と非ベンゾジアゼピン系の睡眠薬それぞれ1種類ずつだった。

「フラつきは、睡眠薬の副作用である筋弛緩作用の影響が疑われましたが、急にやめると反動で『反跳性不眠』のリスクがある。そこでベンゾジアゼピン系の睡眠薬の服用間隔を1〜3日開ける『隔日法』で徐々に減らしました」(片田医師)

「男性は2種類の睡眠薬を5年ほど飲み続けていましたが、『夜中にトイレに起きた時にフラつく。転倒が怖いから薬をやめたい』と来院されました」  
「ベンゾジアゼピン系は長く飲み続けると耐性ができたり依存症状が出たりします。当院を受診された60代男性には、あえてオレキシン受容体拮抗薬(覚醒を維持する脳内物質の働きを阻害する薬)を追加した。睡眠の質を改善した後にはオレキシン受容体拮抗薬1種に絞り、最終的には睡眠薬ゼロを達成しました」  
銀座レング通りクリニック院長の白井幸治医師は、「ひどい落ち込みなどに悩まされるうつ病患者は抗精神病薬などの多剤併用になりやすい。通常で生じている無理が解消できるように指導を繰り返すことで、薬を減らしていきます」と語る。



(左から) 工藤医師、岩間医師、高瀬医師、片田医師、白濱医師、眞鍋医師、白井医師

高齢者は「慎重な投与」が必要な心の不安に対する薬リスト

分類	代表的な一般名	代表的な商品名	主な副作用・理由
抗精神病薬	<b>定型抗精神病薬</b> ハロペリドール、クロロプロマジン、レボプロマジンなど	<b>定型抗精神病薬</b> セレネース、ウインタミン、コントミン、レボトミン、ヒルナミンなど	錐体外路症状、過鎮静、認知機能低下、脳血管障害と死亡率の上昇 非定型抗精神病薬には血糖値上昇のリスク
	<b>非定型抗精神病薬</b> リスベリドン、オランザピン、アリピプラゾール、クエチアピン、ペロスピロンなど	<b>非定型抗精神病薬</b> リスパダール、ジブレキサ、エビリファイ、セロクエル、ルーランなど	
睡眠薬	<b>ベンゾジアゼピン系睡眠薬・抗不安薬</b> フルラゼパム、ハロキサゾラム、ジアゼパム、トリアゾラム、エチゾラムなど	ダルメート、ペノジール、ソメリン、セルシン、ホリゾン、ハルシオン、デバス など	過鎮静、認知機能低下、せん妄、転倒・骨折、運動機能低下
	<b>非ベンゾジアゼピン系睡眠薬</b> ゾピクロン、ゾルピデム、エスゾピクロン	マイスリー、アモバン など	転倒・骨折。そのほかベンゾジアゼピン系と類似の有害作用の可能性あり
抗うつ薬	<b>三環系抗うつ薬</b> アミトリプチリン、クロミプラミン、イミプラミンなどすべての三環系抗うつ薬	トリプタノール、アナフラニール、トフラニール など	認知機能低下、せん妄、便秘、口腔乾燥、起立性低血圧、排尿病状悪化、尿閉
	<b>SSRI</b> パロキセチン、セルトラリン、フルボキサミン、エスシタロプラム	パキシル、ジェイゾロフト、デプロメール、ルボックス、レクサプロ など	消化管出血リスクの悪化
スルピリド (統合失調症・抗うつ薬)	スルピリド	ドグマチール、ミラドール、アビリット など	錐体外路症状

図③ 40代後半のうつ病患者(男性)の減薬事例



「ただし抗うつ薬は急にやめるとうつ症状のリバウンドが強いため、様子を見ながら10日ごとに1種類ずつ減らしていき、最終的には1日に飲む抗うつ薬を8錠減らすことができました」

またうつ病患者は「同じ系統」の薬が複数処方されるケースもある。前出・片田医師が40代後半の男性患者のケースを説明する(図③参照)。  
「SSRIという抗うつ薬を2種類、朝と夜に1錠ずつ、計4錠も飲んでいました。同系統の薬を多く飲めば副作用のリスクが高まるうえ、どれが効いているかわからなくなりやす。実際に男性は目眩や頭痛を訴えていました」  
それでも「薬ゼロは怖い」と言う男性の希望を踏まえ、SSRI 1錠のみに減らしたという。

認知機能低下の恐れも

患者によって、効き方にも違いがある。たかせクリニック理事長の高瀬義昌医師が語る。  
「80代の統合失調症患者は、抗精神病薬や抗うつ薬を8錠減らすこと