

レコーディングを活用した睡眠薬服用患者への服薬指導について

総合メディカル・ファーマシー中部株式会社 ハロー薬局中小田井店¹⁾、せと店²⁾
矢部輝義¹⁾、飯島千穂²⁾

【目的】

睡眠薬服用中で効果に不満を持つ患者は、生活習慣や服薬状況に問題がある場合が多い。そのため服薬指導時に生活習慣や服薬状況の詳細な把握が必要である。睡眠の問題点を明らかにする方法として、生活や服薬の状況を日々記録していく手法（レコーディング）が報告されている。そこで、睡眠薬服用患者の服薬指導において、この手法に基づいて改善点を明確化し、睡眠への不満を解決した取り組みについて報告する。

【方法】

2016年3月～7月 ハロー薬局4店舗において、睡眠薬服用中で効果に不満を持つ患者のうち、本取り組みに同意いただいた23名に対してレコーディングを提案し、次回来局日（約1ヶ月後）に回収した。そして、患者の記録を基に①睡眠時間、②薬の適正使用の可否、③生活習慣の3点について評価し、服薬指導を実施した。

【結果】

レコーディングに同意頂いた23名のうち6名は、1か月間ほぼ毎日記録を行うことができた。6名の内訳は、50代1名、60代1名、70代3名、80代1名であった。また、記録内容の評価により、空腹時服用薬の服用時間の誤りや、入眠障害処方患者の早朝覚醒の不満、飲酒日に生じている不眠など、普段の情報収集で見えてこなかった事実が明らかとなった。特に、飲酒日に不眠を生じていた患者については、飲酒が睡眠の妨げとなっている事実を示すことで、節酒への理解を得ることができた。また、必要に応じて記録に基づき医師にトレースレポートを提出した。

【考察】

今回の取り組みにより、睡眠薬服用患者の生活習慣や服薬状況を詳細に捉えることで、実際の事実に基づく生活指導・服薬指導に繋げることができた。トレースレポートで医師と情報を共有する際も、詳細な記録に基づいた提案が出来るため、本手法は医薬品の適正使用や睡眠薬治療の質向上に寄与できると考える。

【キーワード】 服薬指導、睡眠薬、レコーディング、トレースレポート、生活習慣