

【飲み続けることでどんどん強い薬を服用してしまう理由】

例えば「痛み止めの飲み薬」の場合の例をあげましょう。

弱い痛み止めでも、飲んで無理をすれば、「体の状態は良くなっていないのに、薬が効いている間は脳が痛みを少なく感じるために、体に負担がかかる」ので、結果として、更に症状が悪くなることがあります。

そのため、これまでの痛み止めが効かなくなり、強い痛み止めを使うことになってしまいます。強い痛み止めになればなるほど、胃腸の負担も強くなり、胃潰瘍・吐き気・便秘などの副作用が出やすくなります。

しかし、その強い痛み止めを飲んでも、結局無理をすれば、また同じことです。

どんどん体に負担がかかり、薬が切れれば、感じる痛みが強くなり、また強い薬を必要とする。

そして、最終的には、痛すぎて「寝たきり」になってしまう可能性もあります。

痛み止めは、ケガ（打撲、捻挫、骨折など）・頭痛・腹痛などのように「急に痛くなり（急性痛）」「じっとしていても痛い（安静時痛あり）」場合で、症状が辛い場合には、是非飲んだほうがよいと思います。

しかし、飲んだ後に安静にせず仕事をしたり、家事や作業をしてしまうと、結局は体に負担がかかってしまうので、痛み止めが切れる時に更に痛くなってしまいます。

基本的に、「急性痛」や「安静時痛あり」の時に飲む場合は、「内服後は安静」というルールが必要です。

但し、そのルールを守っているにもかかわらず痛みが治らない場合は、何らかの病気の可能性もありますので、すぐに病院に行つて（場合によっては救急車を呼んでも良い）、検査をしてもらいましょう。

例えば、「急な頭痛＝くも膜下出血」「急な肩の痛み＝狭心症・心筋梗塞」「急な背中・腰の痛み＝大動脈解離」「腹痛＝腸閉塞」などの病気の恐れがあります。

※あくまでも私個人の意見です。

2021年5月31日作成

整形外科医 秦 祥彦

（しん整形外科院長、緩消法認定技術者）