

# 世界ベンゾ注意喚起の日

## ご存知でしたか？

- ・ベンゾジアゼピン (ベンゾ) という一群の薬剤は、あらゆる薬剤の中で、医師が一番よく処方する薬です。不安やストレスに対する安定剤 (抗不安剤) として、また、睡眠 (導入) 剤としてもよく処方されています。筋緊張の緩和 (肩こり) にも使われ、「うつ病」や痛みを軽くするなど様々な目的で、よく処方されます。
- ・ベンゾは最長でも2-4週間以上は処方しないように勧告されています。しかし、多くの医師は、この系統の薬剤の危険性 (害) を知らない (あるいはよく認識していない) ため、何か月も何年も、続けて処方しています。そのために、無防備な患者にしばしば深刻な事態を招いています。
- ・ベンゾはヘロインより依存しやすいであろうと専門家は言います。ベンゾを不用意に、急に中断すると、地獄のような苦しみが待っているかも知れませんが、ゆっくりと適切に減量すれば、そのようなリスクは小さくなるでしょう。この離脱症状は、数か月から、長ければ数年続くことさえあります (離脱症状の強さやパターン (特徴) は、ひとりひとり違います)。
- ・ベンゾは、個々の薬剤によって力価が大きく異なります。また他の薬剤と併用した場合に様々な相互作用を引き起こします。アルコールや鎮静作用を持つ他の薬剤を併用すれば、お互いの作用が強められ死に至る場合もあります。
- ・ベンゾなどの処方薬剤が、他のさまざまな薬物による「薬物乱用」の入口となる可能性もあります。
- ・長期にわたってベンゾを服用すると、不可逆的な障害を起こしうることが、最近の研究から判ってきています。
- ・医師の処方によってもたらされるベンゾ依存症による、社会的・経済的損失は計り知れません: 失業や暴力、犯罪、自殺、受診の長い待ち時間、家庭内不和、事故などを引き起こすからです。
- ・専門家が何十年もの間、厳格な管理をするように政府に働きかけてきました。しかし、うまくいっていません。
- ・薬害オンブズパーソン会議の国への要望書 (2015年) によると、日本の単位人口当たりのベンゾ系薬物の使用量は、最大消費されているデパスを除いて世界2位、デパスを含めると世界最多と考えられている (戸田克広、ベンゾジアゼピンによる副作用と常用量依存、臨牀精神薬理2013:16(6): p867-878)。(同要望書を裏面に記載のホームページをご覧ください)。注: 抗うつ剤など他の向精神薬にも同様の重大な問題があります。
- ・ベンゾ系の薬剤を一気に止めたり、急に減らしたりするのは危険です。
- ・止めようと思っている人はアシュトンマニュアルを参考にして、主治医にも相談してください。注意: 主治医の協力は必須ですが、ベンゾ系薬剤の害と、正しい減量の仕方を知っている医師はまれです。ですからまず、あなた自身が「アシュトンマニュアル」を事前に読んで、主治医にも「アシュトンマニュアル」を読んでもらってください。

あなたはベンゾ系薬剤を服用していませんか？

また、そういう方をご存知ないですか？

(ベンゾ系に属する薬剤の個々の名前は、裏側のリストでご確認ください)

誠実な医療を、  
よりよい医療を、

私たちの手で、  
私たちの手に

「賢明に、安全に」これが  
「世界ベンゾ注意喚起の日」のキーワード

7月11日

# 日本で処方されているベンゾジアゼピン系薬剤および類似薬剤

一般名	商品名
ジアゼパム (標準)	セルシン、ホリゾン、エリスパン、ジアパックス、セレナミン、ダイアップ (坐剤)
アルプラゾラム	ソラナックス、コンスタン、カームダン、メデポリン
エチゾラム	デパス、エチゾラム、セデコパン、デゾラム、ノンネルブ、パルギン
オキサゾラム	セレナール、オキサゾラム、ペルサール
クロキサゾラム	セパゾン
クロチアゼパム	リーゼ、リルミン
クロラゼプ酸	メンドン
クロルジアゼポキシド	コントロール、バランス
タンドスピロン	セディール、タンドスピロンクエン
トフィソパム	グランダキシシ、エマンダキシシ、グランパム、ツルベール、トフィス、トフィルシン、トルバナシン、トロンヘイム、バイダキシシ
フルジアゼパム	エリスパン
フルタゾラム	コレミナール
フルトプラゼパム	レスタス
ブロマゼパム	レキソタン、セニラン
メキサゾラム	メレックス
メダゼパム	レスミット
ロフラゼプ酸	メイラックス、ジメトックス、スカルナーゼ、ロフラゼプ酸エチル、ロンラックス
ロラゼパム	ワイパックス、ユーパン、ロラゼパム
エスゾピクロン	ルネスタ
エスタゾラム	ユーロジン、エスタゾラム
クアゼパム	ドラール
ゾピクロン	アモバン、アモバンテス、ゾピクロン、ドパリール、メトローム、ルネスタ
ゾルピデム	マイスリー
トリアゾラム	ハルシオン、アスコマーナ、カムリトン、トリアゾラム、トリアラム、ハルラック
ニトラゼパム	ベンザリン、ネルボン、サイレース、ネルロレン、ノイクロニック、ヒルスカミン、ビビットエース、フルトラース、フルニトラゼパム、ロヒプノール
ニメタゼパム	エリミン
ハロキサゾラム	ソメリン
フルニトラゼパム	ロヒプノール、サイレース、ビビットエース、フルトラース、
フルラゼパム	ダルメート、ベノジール
ブロチゾラム	レンドルミン、アムネゾン、グッドミン、ソレントミン、ネストローム、ノクスタール、ブロチゾラム、プロメトン
リルマザホン	リスミー
ロルメタゼパム	エバミール、ロラメット
クロナゼパム	リボトリール、ランドセン
クロバザム	マイスタン

出典：独立行政法人 医薬品医療機器総合機構

**ベンゾジアゼピンの詳細な情報はこちらをご覧ください**

[www.worldbenzoday.org](http://www.worldbenzoday.org)

[www.benzo-case-japan.com](http://www.benzo-case-japan.com)

[www.yakugai.gr.jp](http://www.yakugai.gr.jp)