

高山病の予防

1. 余裕をもった日程
2. 水分の補給。
3. アルコール摂取は控える
4. 睡眠薬は避ける

高山病の治療

高山病を発症した場合の対応の基本は「低い地点へ下りる」ことです。以下に日本旅行医学会ホームページの記載も参考にしてください。

(日本旅行医学会ホームページ、
http://www.jstm.gr.jp/mountain_sickness.html)

薬剤による予防

短期間の旅行では馴化が十分ではなく高山病の症状が出やすいためその予防としてアセタゾラミド（商品名 ダイアモックス）を要望される方が増えています。注意すべき点はその効果が全ての方にある訳ではなく、時に副作用を生じることもあることです。日本の医療保険制度では高山病予防の適応はなくその予防に対してダイアモックスを処方する場合には診察料、処方箋料、薬剤料等の全てが自己負担となります。また使用に当たっては効果と副作用についても十分に理解してください。

他の薬物治療について

デキサメサゾン（商品名 デカドロン）は軽度の高山病に対して症状改善の効果があると言われますが、高山病の進行による状態の悪化やステロイドの副作用を考慮すると、低地に下りることを前提として短期間に留めるべきと考えます。

ニフェジピン（商品名 アダラート）は比較的重度の状態に使用することが多く、医師等の管理下以外での使用は勧められません。

現地の薬局で販売されている薬剤の中にはアセトアミノフェンとカフェインを主体としたもので症状の改善は小さいとも言われています。

問診票（アセタゾラミド・デキサメサゾン）

1. 治療中の疾患はありますか？
なし あり（疾患名）
2. 食品や薬剤で体調を崩したことがありますか？
なし あり（どのような症状？）
3. 以前にアセタゾラミド（商品名 ダイアモックス、アセタモックス）を使用したことがありますか？
なし あり
4. 次の薬でのアレルギーを指摘されたことはありますか？ →ベハイド、ナトリックス、セレコックス、ラシックス、SU 剤（糖尿病の薬の一部）、アザルフィジン E N、サルファ剤、フルイトラン、ルプラック、アマージ、イミグランなど
なし あり※1
5. 副腎の病気を指摘されたことがありますか？例えばアジソン病、副腎機能不全など。
なし あり※1
6. 慢性肝炎、肝硬変、肝不全を指摘されて事がありますか？
なし あり※1
7. 腎不全を指摘されたことがありますか？
なし あり※1
8. 糖尿病を指摘されたことがありますか？
なし あり※2
ジゴキシシン、ジギトキシシンを使用中ですか？
なし あり※2
9. 降圧薬を使用中ですか？
なし あり※2
10. 上記以外に、週に 1 回以上飲んでいる薬はありますか？
なし あり（薬剤名）
11. B 型肝炎の診断を受けたことがありますか？
なし あり

上記申告いたします。

●記載日 20 年 月 日

●処方を希望される方のお名前

同意書

アセタゾラミド（商品名 ダイアモックス）について処方要望いたします。それに当り以下の事を理解した上で処方を受けることに同意いたします。

1. 高山病の予防に対して保険適応外での使用となる事日本での適応症以下のものです。
「緑内障、てんかん、肺気腫におけるアシドーシスの改善、心性浮腫、肝性浮腫、月経前緊張症、メニエル病およびメニエル症候群、睡眠時無呼吸症候群」
2. 保険適応はなく診療に関わる全てが自費診療となる事（混合診療の禁止のため）
※診察、処方、調剤（ダイアモックス 14 錠）を含め 5,500 円です。
保険診療での処方とほぼ同じ金額です。
3. 高山病の予防・治療効果が必ずしも得られる訳では無い事
4. 副作用の出現の可能性がある事（下記記載以外の症状もあり得ます）
5. 自己の使用に限定し他人に譲渡しない事

使用法の一例（予防的使用法として）例）3,000mの高地へ行く

	前日	当日	1 日目	2 日目	3 日目	4 日以降
朝	125mg	125mg	125mg	125mg	125mg	無し
	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	
	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	
夕	125mg	125mg	125mg	125mg	125mg	無し
	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	(250mg 錠の 半分)	
	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	(症状があれば 250mg)	

ダイアモックス内服後の症状

症状としては軽度にとどまり次第に軽快するものが多いと言われています。これら以外にも生じることがありますので症状が持続、悪化する場合には内服を中止し医療機関を受診して下さい。

吐き気、嘔吐、食欲不振、下痢、多尿（利尿作用があります）、手足のしびれ感、頭痛、だるい、めまい、筋力低下、動悸、便秘目がかすむ、発疹など

説明日 20 年 月 日

説明医師 _____

医療法人社団翠柏会かしわ沼南みらいクリニック

上記を理解、同意の上で処方を受け使用します。

説明日 20 年 月 日

使用者氏名 _____