

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。以下の日本旅行医学会ホームページの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

短期間の旅行では身体の馴化(じゅんか)が十分に進まず、高山病の症状が出やすくなるため、予防目的でアセタゾラミド(商品名:ダイアモックス)の処方を希望される方が増えています。

注意すべき点として、すべての人に効果があるわけではなく、副作用が出ることもあります。また、日本の医療保険制度では高山病予防は保険適用外のため、ダイアモックスの処方にかかる診察料・処方箋料・薬剤費などはすべて自己負担となります。使用にあたっては、効果と副作用について十分な理解が必要です。

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の改善効果があるとされていますが、病状の進行やステロイドによる副作用を考慮し、「低地へ下りる」ことを前提とした上で、短期間の使用にとどめるべきです。

ニフェジピン(商品名:アダラート)は、比較的重度の症状に使用される薬剤であり、医師の管理下以外での使用は推奨されません。

なお、現地の薬局などで販売されている薬剤には、アセトアミノフェンとカフェインを主成分とするものもありますが、症状改善の効果は限定的とされています。

問診票(ダイアモックス®、アセタゾラミド)

1. 使用の時点で、年齢は次のとおりです。
☐15 才以上
☒14 才以下 →処方できません
※小児では安全性が確立されていない、使用する量の調整が難しいとされているため、当院では14 才以下には処方していません。
2. 治療中の疾患はありますか？
☐なし
☐あり(疾患名)
3. 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？)
4. 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
5. 次の薬でのアレルギーを指摘されたことがありますか？
ベハイド、ナトリックス、セレコックス、ラシックス、アマリール、グリメピリド(糖尿病の薬)、アザルフィジンEN、サルファ剤、フルイトラン、ルプラック、アマーゼ、イミグラン、ダイアモックス、アセタモックス
☐なし
☐あり
6. 腎不全、慢性腎疾患(CKD)を指摘されたことがありますか？
☐なし
☐あり
7. 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)

上記申告いたします。

●記載日 _____

●処方を希望される方のお名前 _____

ダイアモックスに関する書類です。両面印刷してください。

同意書

アセタゾラミド(製剤名 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。日本で承認を得ている適応症は以下のものです。
「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 10 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。
6. 小児(14 才以下)には安全性が確立されていない事。

使用法の一例(予防的使用法として) 例)3,000mの高地へ行く

※1錠は250mg です。

	前日	当日	1 日目	2 日目	3 日目	4 日以降
朝	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	無し
		症状あれば 1 錠	症状あれば 1 錠	症状あれば 1 錠	症状あれば 1 錠	
夕	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	125mg (0.5 錠)	無し
		症状あれば 1 錠	症状あれば 1 錠	症状あれば 1 錠	症状あれば 1 錠	

ダイアモックス内服後の症状

症状としては次の様なものがあるとされますが、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

上記を理解、同意の上で処方を受け使用します。

説明日 _____

使用者氏名 _____

//