

令和6年

少年サポートセンターだより

No.6



市販薬のオーバードーズも 薬物の乱用に当たります



オーバードーズ（OD）とは、医薬品を一度に大量に服用すること。

オーバードーズはとても危険な行為であると同時に、市販されている薬であっても、本来の医療目的以外に過量服用することは、薬物の乱用に当たります。

国が行った「薬物使用と生活に関する全国高校生調査2021」では、乱用目的を「ハイになるため、気分を変えるために決められた量や回数を超えて使用すること」と定義し、市販薬の治療目的ではない乱用目的での使用経験（過去1年以内）を高校生に尋ねたところ、

約60人に1人が過去1年以内に市販薬の乱用（オーバードーズ）経験がある

と答えています。

オーバードーズに使われる市販薬（一例）

- ・ 鎮咳去痰薬（咳止め）
- ・ 総合感冒薬（風邪薬）
- ・ 解熱鎮痛薬（痛み止め）
- ・ 鎮静薬
- ・ 抗アレルギー薬
- ・ 眠気防止薬（カフェイン製剤） 等



またこの調査では、市販薬乱用の経験を持つ高校生には、非経験者に比べて、

- ・ 睡眠時間が短い
- ・ インターネット使用時間が長い
- ・ 相談できる友人が少ない
- ・ 悩み事があっても親に相談しない

などの共通した特徴が見られました。



悩んだら相談



もしもあなたが不安やゆううつな気持ちを抱えて一人で悩み、オーバードーズを考えているのなら、ほんの少し勇気を出して、相談してみませんか？

大人の役目は子供たちを守ることです。一緒に考えていきましょう。

- 兵庫県精神保健福祉センター（来所相談） 078-252-4980
- ひょうご・こうべ依存症対策センター（電話相談） 078-251-5515
- 兵庫県警察ヤングトーク（電話相談） 0120-786-109