



# 社会は本当に若者を 応援しているのか？

～市販薬乱用の臨床から考えたこと～

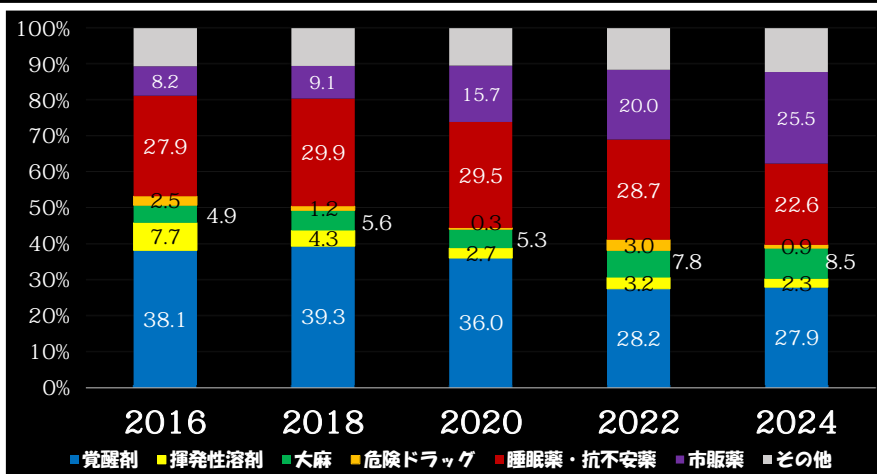
松本俊彦

国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター  
精神保健研究所 薬物依存研究部 部長  
薬物依存症センター センター長

1

全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患実態調査

## 「最大の薬物乱用禍は つねに合法の薬物で生じる」

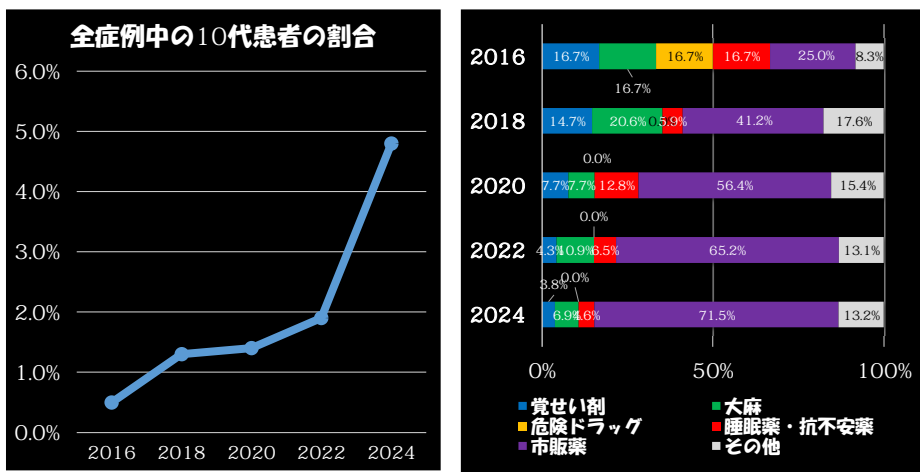


2

# 特に若者がヤバイです

## 10代における「主たる薬物」の推移

(松本「全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患実態調査」)

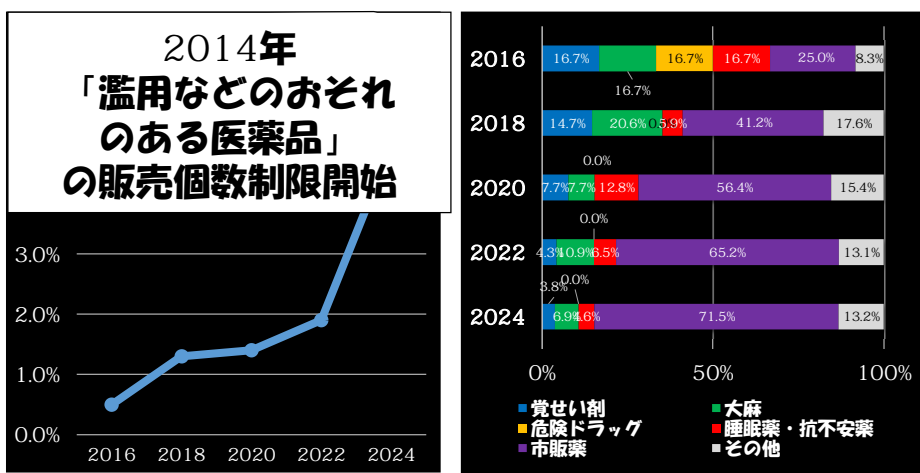


3

# 特に若者がヤバイです

## 10代における「主たる薬物」の推移

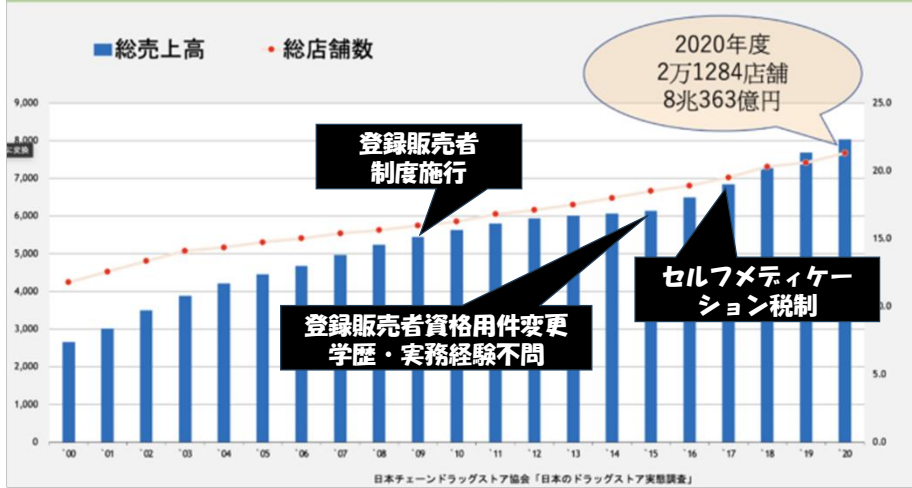
(松本「全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患実態調査」)



4

# 「OTCクライシス」は人災～「セルメ推進政策」の功罪 ドラッグストア業界は8兆円市場

ドラッグストアの総売上高・店舗数の推移



5

# 「OTCクライシス」は人災～「セルメ推進政策」の功罪 ドラッグストア業界は8兆円市場

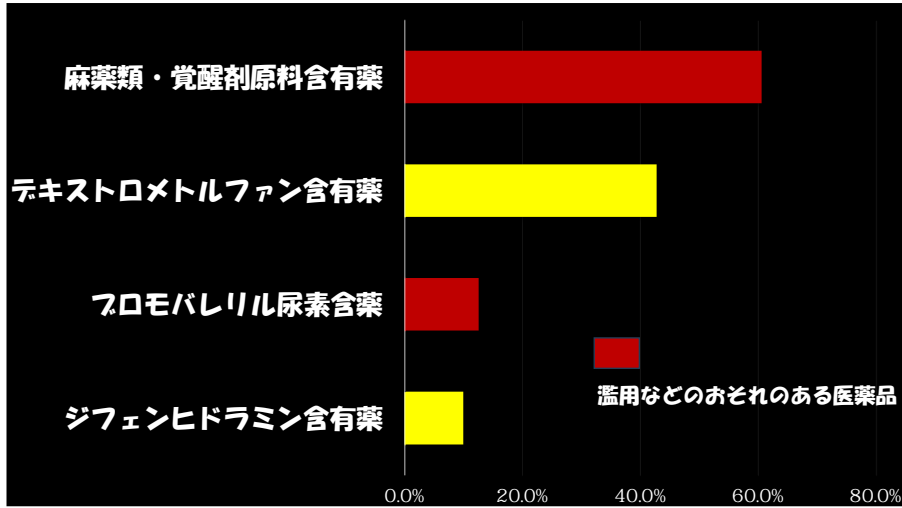
ドラッグストアの総売上高・店舗数の推移



6

# 乱用頻度の高い市販薬製品

松本「2024年全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患実態調査」  
～1年以内の「使用あり」症例における内訳



7

## 「濫用等のおそれのある医薬品」の販売実態に関する諸外国との比較

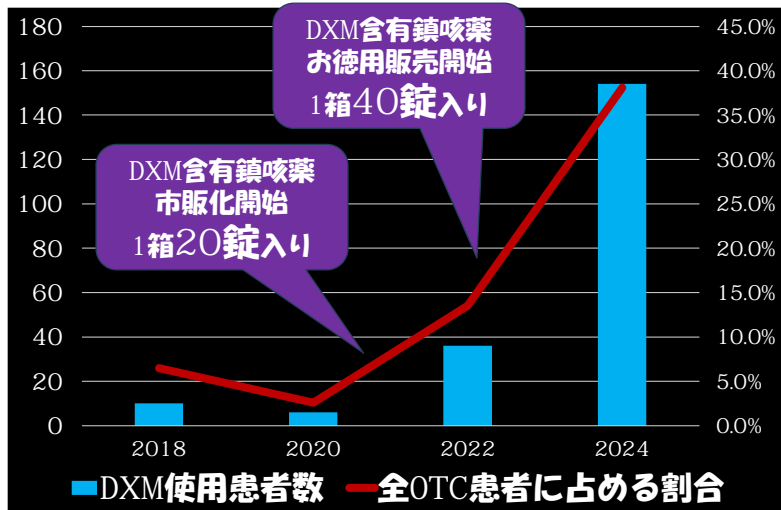
令和6年11月25日 規制改革推進会議 健康・医療・介護ワーキング・グループ事務局 参考資料1-1より転載

	日本	アメリカ	イギリス	フランス	ドイツ	カナダ
エフェドリン	○	○	○ 180mg以上/種の 点鼻薬は処方箋のみ (2008)	不明	○	○
コデイン	○	○ 2mg以下/gの製品のみ ※各州による強度規制あり	○ 12.8mg/錠を2錠までのみ その他は処方箋医薬品に パッケージイッチ(2024)	× 処方箋医薬品に パッケージイッチ(2017)	×	○ 【規制薬物の対象】 8mg/錠以下または 20mg/20ml以下は市販可 (BTC) ほとんどは処方箋医薬品
ジヒドロコデイン	○	×	○	×	×	× 【規制薬物の対象】 認可された製品はない
フロモバレリル尿素	○	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	× 処方箋医薬品としても 認可されていない
プソイドエフェドリン	○	○	○ 720mg以上/種の 点鼻薬は処方箋のみ (2008)	○	○	○
メチルエフェドリン	○	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	不明	× 処方箋医薬品としても 認可されていない	× 処方箋医薬品としても 認可されていない

8

# デキストロメトルファン含有 鎮咳薬市販化の影響

(松本ら, 全国の精神科医療施設における薬物関連精神疾患実態調査の二次分析)



9

# 歌舞伎町ト一横界限にて



10

# スイッチOTCって大丈夫?

解熱鎮痛薬

錠剤



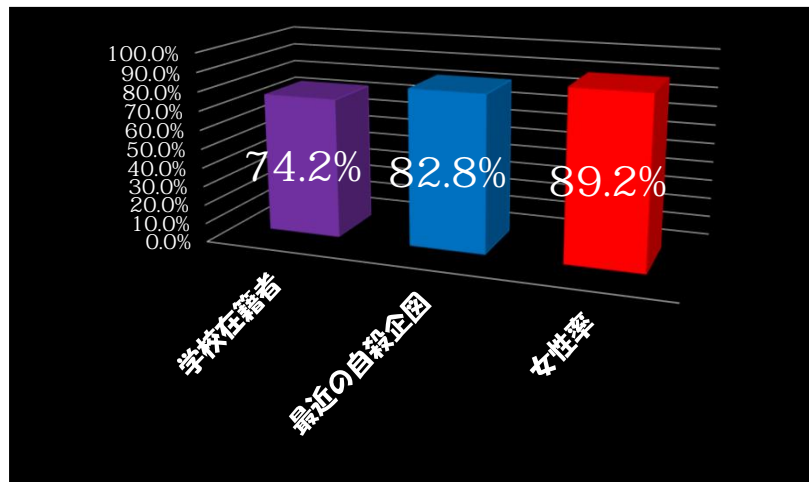
【2錠中に以下の成分含有 1回2錠・1日2回まで】

- ・ロキソプロフェンナトリウム水和物 68.1mg
- ・アリルイソプロピルアセチル尿素 60mg
- ・無水カフェイン 50mg
- ・メタケイ酸アルミン酸マグネシウム 100mg

11

## 10代市販薬患者93例の特徴

(Matsumoto T, et al, Psychiatry and Clinical  
Neurosciences Reports. 2025)



12

# 10代市販薬患者93例の特徴

(Matsumoto T, et al, Psychiatry and Clinical Neurosciences Reports, 2025)

患者の多くは、  
**リストカット**  
⇒ **市販薬OD**  
というパターン

13

# リストカットとODの共通点

(複数回答可: Rodham et al, 2004)

選択された動機	リストカット %	OD %	P
<b>つらい感情から解放されたい</b>	<b>73.3</b>	<b>72.6</b>	<b>0.91</b>
自分自身を罰したい	45.0	38.5	0.36
死にたい	40.2	66.7	<0.001
絶望しているのを示したい	37.6	43.9	0.40
愛されているのか知りたい	27.8	41.2	0.04
周囲の注意を引きたい	21.7	28.8	0.24
驚かせたい	18.6	24.6	0.30
仕返しをしたい	12.5	17.2	0.35

14

# セルフコントロールへの執着が アディクションを生み出す

Foddy B: Addiction: The pleasures and perils of operant behavior. In *Addiction and choice: Rethinking the relationship*, eds. Nick Heather and Gabriel Segal, 49-65. Oxford University Press, 2017.



## 依存症になる のはどっち?

- ・ネズミ①
  - ・レバーを押すとモルヒネ自己注射
- ・ネズミ②
  - ・ネズミ①のタイミングでモルヒネ注入

15

# リストカットとODの相違点

(複数回答可: Rodham et al, 2004)

選択された動機	リストカット %	OD %	P
つらい感情から解放されたい	73.3	72.6	0.91
自分自身を罰したい	45.0	38.5	0.36
<b>死にたい</b>	<b>40.2</b>	<b>66.7</b>	<b>&lt;0.001</b>
絶望しているのを示したい	37.6	43.9	0.40
愛されているのか知りたい	27.8	41.2	0.04
周囲の注意を引きたい	21.7	28.8	0.24
驚かせたい	18.6	24.6	0.30
仕返しをしたい	12.5	17.2	0.35

16



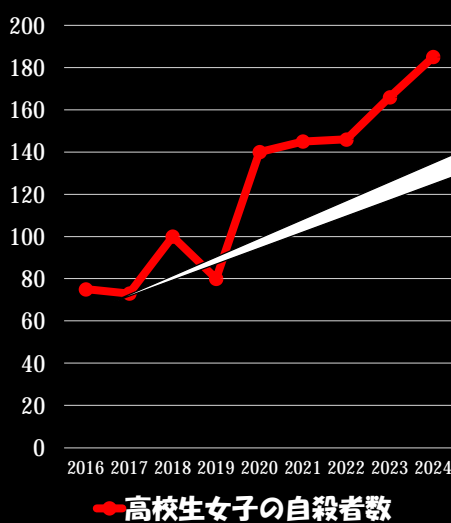
リストカットの長期化が  
OTC薬乱用を誘発する

一時的延命が  
未来の自殺リスクを  
たぐい寄せる!

自傷患者の重篤な自殺行動の予測因子はOTC薬乱用  
(松本ら, 精神神経誌, 2008)

17

## 女子高生の自殺の背景は?



「SOSの出し方」  
教育開始



18

# 10代自殺者数と相関が高い年間指標

厚生労働省・文部科学省・経済産業省の統計データを用いた解析  
(太刀川弘和, TBS総研「調査情報デジタル」2025年5月31日版)

指標	女性との相関	男性との相関
<b>OTC医薬品 年間販売額</b>	<b><u>0.780</u></b>	0.615
いじめ重大事件数	0.824	0.545
小中学生の不登校者数	0.939	0.675
高校生の不登校者数	0.545	0.174
スマホ利用率	0.838	0.758
自殺未遂件数の増加	0.893	0.627

19

長期的には  
自殺の  
危険因子

しかし  
短期的には  
自殺の  
保護因子

命綱を引くと  
首が絞まる?



20

しんどい人ほど  
SOSを出せない!!

援助希求の乏しさ  
とODの自傷性との  
あいだには、正の相関がある

90%

(Hawton, K., Rodham, K., Evans, E.:  
By Their Own Young Hand:  
"Deliberate Self-harm and Suicidal Ideas in Adolescents".  
Jessica Kingsley Publishers Ltd, London, 2006)

21

OD オーバードーズ するより SD 相談 しよう

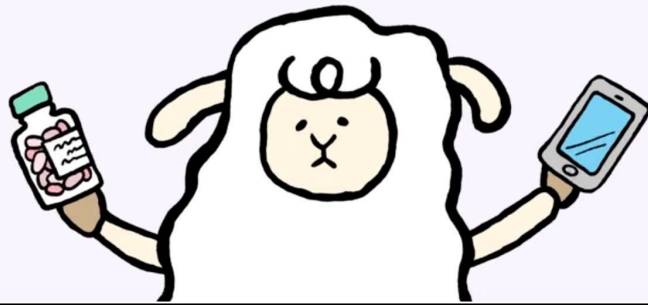


大炎上⇒削除となった政府広報

(出典: 弁護士JPニュース2025年4月16日版 <https://www.ben54.jp/news/2146>)

22

ODの方がSDより**安全**?



人は裏切るが、薬は裏切らない?

23

相談(SD)は  
ギャンブル!

だからまずは  
雑談(ZD)!

演者作成

24

**OD** しても **SD** できるよ



**SD** (そうだん) じゃなくて、**ZD** (ざつだん) でもいいよ


演者作成

25

**販売制限には限界が……**

「ダメ。ゼッタイ。」の一步先へ！

いまや **1.5次予防** の時代  
つまり、「SOSの出し方」ではなく  
「**友だちのSOSの気づき方**」へ！



「**ゼッタイ・ダメ**」な失敗を  
安心して告白できる社会

26



ご清聴ありがとうございます。