東和薬品株式会社

成人期ADHD

アトモキセチン「トーワ」を服用される方へ

監修 信州大学医学部子どものこころの発達医学教室 教授
本田 秀夫 先生

Contents

大人のADHDの症状 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
ADHDの原因 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5
ADHDの治療 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
治療の全体像・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 7
環境調整・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
アトモキセチン「トーワ」について ・・・・・・・・・・・・・・ 12
アトモキセチン「トーワ」の作用の仕組み ・・・・・・・・・・ 13
アトモキセチンの治療を受ける前のチェック事項・・・・・・ 14
アトモキセチン「トーワ」の飲み方 ・・・・・・・・・・・・・ 15
アトモキセチン「トーワ」の服用について ・・・・・・・・・・ 16
服用する際の注意点・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17
あらわれやすい副作用・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
すぐに相談する必要がある副作用・・・・・・・・・・・・・・ 21
服薬日誌・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22

大人のADHDの症状

ADHD（Attention-deficit / hyperactivity disorder）は、日本語で「注意欠如・多動症」*といいます。下記のような「不注意」、「多動性」、「衝動性」といった症状により、日常生活で困られている方が多いです。

ADHDの症状

不注意 気が散ってしまう

- 仕事などでケアレスミスをする
- 忘れ物、なくし物が多い
- 約束や期日を守れない、間に合わない
- 時間管理が苦手
- 仕事や作業を順序立てて行うことが苦手
- 片付けるのが苦手

多動性 じっとしていられない

- 落ち着かない
- 貧乏ゆすりなど、目的のない動きをする

衝動性 思いついたら、すぐ行動してしまう

- 思ったことをすぐに口にしてしまう
- 衝動買いをしてしまう

個人差はありますが、大人のADHDは子どもの頃に比べて不注意が目立つ傾向がみられるようです。

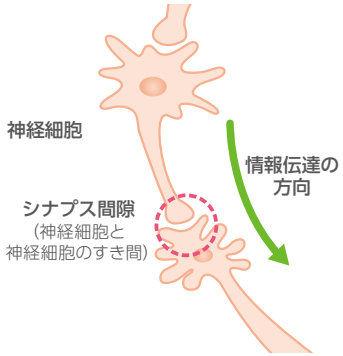
＊ 注意欠如・多動症は注意欠陥・多動性障害ともいわれます

ADHDの原因

ADHDの症状の主な原因には、自分の注意や行動をコントロールする脳の働き（実行機能）や、神経伝達物質の働きに障害が起きているという説があります。ただ。詳しい原因は分かっていません。

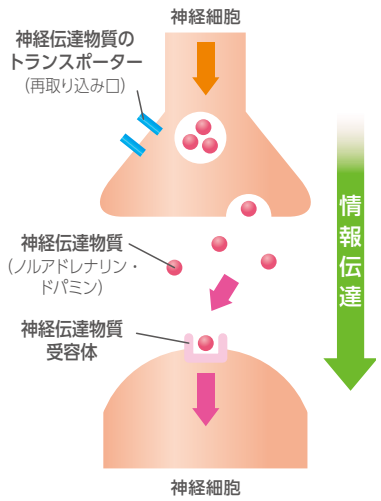
神経伝達物質とは？

神経系は神経細胞がいくつも繋がって構成されており、神経細胞と神経細胞の間には隙間（シナプス間隙）があります。神経細胞の情報を次の神経細胞に伝えるために、この隙間で働いているのが「神経伝達物質」です。脳内の神経伝達物質には多くの種類があり、代表的なものに「ノルアドレナリン」と「ドパミン」などがあります。



ADHDの方の神経伝達物質の働き

神経細胞から放出された神経伝達物質は、次の神経細胞の神経伝達物質受容体に結合することで、情報を伝達します。
ADHDでは、この神経伝達物質が少なくなっており、脳内の情報伝達に問題が起こっている可能性が考えられています。



ADHDの治療

ADHDの方は、日常生活の様々な場面で、日々困難を感じていることが多いかと思います。それが積み重なると、精神的に大きな負担となってしまい、精神疾患などの他の病気を併発してしまう可能性などがでてきます。
ADHDの治療では、不注意、多動性、衝動性といった症状を改善することだけでなく、このような精神的な負担を軽減することも治療の目標であり、そのためにADHDに対する適切なサポートや治療が必要になります。

ADHD治療の目標

職場や学校、家庭での悪循環が好転し、
自信を持って自分の特徴と折り合えるようになること。
それによって充実した社会生活が送れるようになること。

治療を行う上でのポイント

自分の生活の中の困難を理解し、対処方法を身に付けていくこと。
周囲の良き理解者、サポーターを得ること。

治療を始めても、すぐには変化を感じることができないかもしれませんが、徐々に症状が改善し、悪循環がなくなり、良いサイクルが回り始めると、少しずつ成功体験を積み重ねることが増えていきます。

治療の全体像

評価・診断

子どもの頃のことや現在の問題について、職場や学校、家庭の方からの指摘を含め十分に医師に伝えてください。一番大切な部分であり、この評価や診断が、これから行う治療の基礎となります。

治療開始

ADHDの症状のためにご自身や周りの人が困難に感じている場合には、その特徴と周囲の環境とのバランスを調整して改善することが必要です。
治療は、環境調整などの心理社会的治療から始めます。

薬による治療の開始

心理社会的治療の効果や、周囲との状況から判断し、必要であれば薬による治療を始めます。

治療の継続

治療の継続によって、日々の生活の中で改善していることを少しずつ感じてきます。
ご自身の変化を自覚し、自信に繋げてください。

治療の再検討

職場や学校、家庭で困っていた状態が好転し、それが十分な期間、維持できたら今後の治療の必要性を再検討します。
薬の中断はタイミングが重要ですので、焦らずに医師と服用の中止時期について相談しましょう。

目標の達成 / 治療終了、経過観察

しばらく様子をみて、ご自身で生活を組み立てる自信がつき、周囲と折り合いをつけることができるようになれば、治療は終了となります。
環境や症状の著しい変化などにより症状コントロールが困難になった場合は、再び治療が必要になることがあります。

環境調整①

ADHDの治療には、心理社会的治療と薬物療法があります。心理社会的治療の1つである環境調整とは、ADHDの症状を補うように環境を整えたり、家族や職場と協力体制を築いたりすることです。下記に、環境調整の具体例を紹介します。

環境調整の具体例

一度に全てを改善しようとせず、できそうなことから1～2個選んで、一定期間取り組みましょう。

用事を先送りにしてしまう

作業を小分けにして、1つずつこなしてみましょう。

複数の作業や仕事がある場合に、どの作業もこなそうと思うと、どれも中途半端になってしまいます。あれもこれもと無理をせず、一つ一つ仕上げていきましょう。目先のことに気を取られやすい方は、作業の同時進行を避けるようにしてみましょう。

下記のような工夫を加えてみるのもよいでしょう。

- 作業を小分けにしたあと、優先順位を書き出す。
- 作業内容だけでなく、作業スペースも区切る。
- よほど急ぎの仕事がない限り、言われた順に仕上げる。

環境調整②

忘れ物が多い

必要なものは玄関やドアの前などの通り道に置いてみましょう。

持ち物や予定を事前に確認しても、忘れ物がなくならないという方は、確認する機会を増やしましょう。見落としにくい場所や方法、例えば必ず通る玄関に持ち物のメモを貼り付けたり、持ち物をすべて置いたりすると、忘れ物をしにくくなります。

下記のような工夫を加えてみるのもよいでしょう。

- 仕事の始めと終わりに、状況を整理する時間をとる。
- 職場からの持ち出しを減らす（仕事に必要な筆記用具や手帳は置いてくるなど）。
- 忘れたときの対策として、身近な人に予備の書類を渡しておく。

失言が多い

頭に浮かんだことをメモにとりましょう。

思いついたことを人に伝えたいと思うのは、悪いことではありませんが、内容やタイミングによっては、考えなしに発言しているように受け取られてしまうこともあります。まずは、思いついたことをメモにとり、内容を見直してから発言するようにしましょう。

下記のような工夫を加えてみるのもよいでしょう。

- 10秒数えて、考え直してから発言する。
- 会議などの場合は、事前に発言内容をある程度決めておく。
- 発言する前に手を挙げて、「ちょっといいですか」など一言付け加える。

環境調整③

約束や期日を守れない

スケジュールをわかりやすい表にし、人目に付くところに貼ってみましょう。
タイマーなどでアラームをかけるようにしましょう。

締切を守るためには、予定を具体化する方法が有効です。具体化した予定を周囲の人とも共有できれば、さらに効果的でしょう。

下記のような工夫を加えてみるのもよいでしょう。

- スケジュールには自分で必要だと思う期間よりも余裕を持たせる。
- 用事を安請け合いせず、周囲に相談してから返事をする。
- メモやメールで予定を記録、管理する。

環境調整④

なかなか物事を片付けられない

完璧を目指さず、できることから手を付けてみましょう。

完璧を目指すと、目標がなかなか達成できず、だんだんつらくなってしまいます。完璧主義はやめて、苦手な家事は家族に任せ、得意な家事はがんばるというように気持ちを切り替えましょう。どうしてもできないことを家族に任せるのは、悪いことではありません。休憩しながら、できることから手をつけていくようにすると良いでしょう。

下記のような工夫を加えてみるのもよいでしょう。

- 終わったら○○しよう！と自分を励ます。
- イライラ対策として、1人で落ち着く時間を設ける。
- どうしてもできないことは、思い切って手放す。

衝動買いしやすい

持ち歩くお金を減らし、買い物をする日を決めましょう。

衝動買いを防ぐためには、本人以外の誰かが金銭管理することが最も効果的です。家族がお金やカードを持ち、一緒に買い物に行くことが理想的です。

下記のような工夫を加えてみるのもよいでしょう。

- 高額の品物は、見つけた日には買わず、帰宅して家族と相談して上で買うかを決める（クレジットカードは持参しない）。
- 買い物をする際、必ず家族が支払いを行う。
- 欲しいものリストを作り、買えるかどうかを定期的に家族と話し合う。

アトモキセチン「トーワ」について

アトモキセチンは、一定期間服用することで、ADHDの主な症状である「不注意」、「多動性」、「衝動性」の改善が期待できます。

- これらの症状を改善することで、下記のような二次的な問題を防ぐことにも繋がります。
  - ADHDの症状により自信や意欲を失い、自尊心が低下して自暴自棄になる
  - 精神的な負担が大きくなり、他の精神疾患を併発する

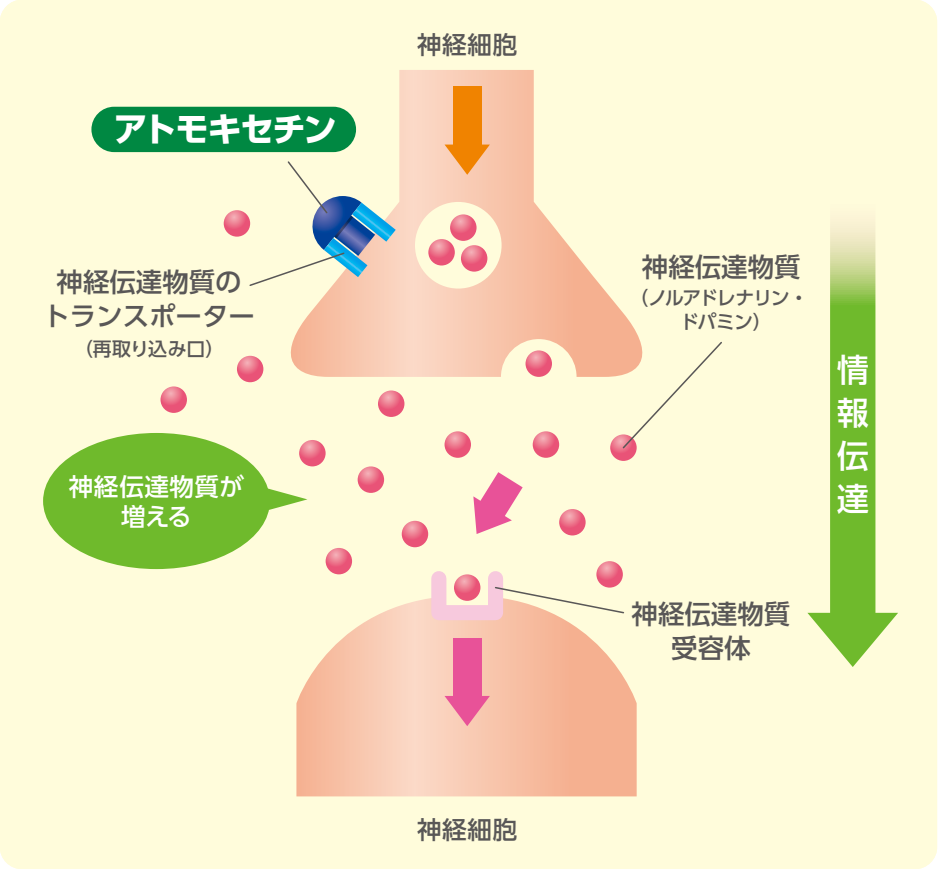
- これらの改善により、日常生活の悪循環を断ち、生活を好転させることを目指します。

アトモキセチンは、あくまでADHDの症状を改善する薬であるため、ADHDの症状と関連のない問題への効果は期待できません。

アトモキセチン「トーワ」の作用の仕組み

5ページで説明しましたように、脳の神経細胞から放出されたドパミンやノルアドレナリンなどの神経伝達物質は、次の神経細胞の神経伝達物質受容体に結合することで、情報を伝達します。
ADHDでは、この神経伝達物質が少なくなっており、脳内の情報伝達に問題が起こっている可能性が考えられています。
アトモキセチンは、この神経伝達物質の量を増やすことで、ADHDの症状を改善します。

脳内（前頭前野）のアトモキセチンの作用



アトモキセチンの治療を受ける前のチェック事項

以下に該当する項目がある場合は、服用する前に医師または薬剤師に伝えてください。

以下のいずれかに該当する方はアトモキセチンを飲むことができません

- □ アトモキセチンに対し薬物アレルギーなど過敏な反応を経験したことがある方
- □ モノアミンオキシダーゼ（MAO）阻害剤（セレギリン、ラサギリン、サフィナミド）を飲んでいる、あるいは飲むのをやめてから2週間以内の方
- □ 心血管に重篤な障害のある方
- □ 褐色細胞腫の診断を受けている、または以前に受けたことがある方
- □ 閉塞隅角緑内障の方

以下のいずれかに該当する方はアトモキセチン服用の際に注意が必要です

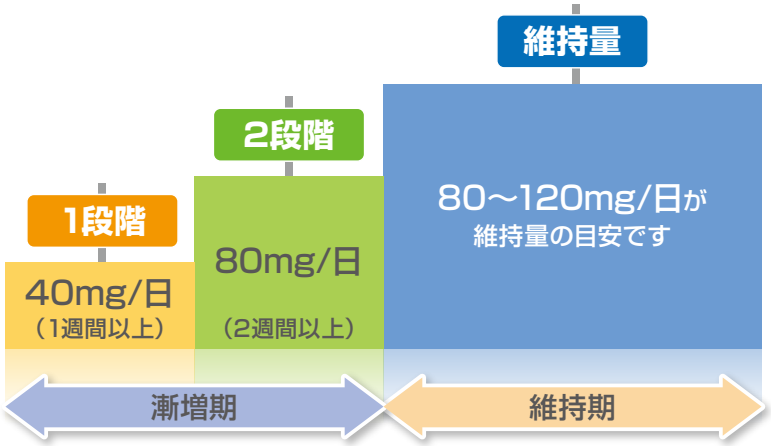
- □ 肝臓に障害のある方
- □ 腎臓に障害のある方
- □ 痙攣発作がある、または以前に起こしたことがある方
- □ 心疾患（QT延長を含む）の診断を受けている、または以前に受けたことがある方
- □ 先天性QT延長症候群の診断を受けている、またはQT延長の診断を受けた家族がいる方
- □ 高血圧の診断を受けている、または以前に受けたことがある方
- □ 脳血管障害の診断を受けている、または以前に受けたことがある方
- □ 起立性低血圧の診断を以前に受けたことがある方
- □ 精神病性障害、双極性障害の診断を受けている方
- □ 排尿が困難な方

この薬は心臓や血管に影響を与えることがあるため、服用を始める前と服用中は定期的に、血圧や心拍数（脈拍数）の測定を行います。また、服用前に心電図の検査を行うこともあります。

アトモキセチン「トーワ」の飲み方

- アトモキセチンは1日1回または2回服用する薬です。
- コップ1杯程度の水またはぬるま湯で、なるべく食後すぐに飲んでください。

アトモキセチンは飲み始めから徐々に量を増やし、2段階かけて適切な服用量（維持量）にします。



アトモキセチンには4種類の錠剤があります。それぞれに含まれる有効成分の量が異なりますので、医師に指示された服用量・服用方法を守り、正しく服用してください。

	有効成分の量	製剤写真
アトモキセチン錠5mg「トーワ」	5mg	
アトモキセチン錠10mg「トーワ」	10mg	
アトモキセチン錠25mg「トーワ」	25mg	
アトモキセチン錠40mg「トーワ」	40mg	

原寸大

アトモキセチンの服用期間

- 治療によって、症状のコントロールができるようになったり、環境調整によって環境に適応できるようになったりし、それが十分な期間維持できた場合に、薬が必要でなくなる可能性があります。
- 服用期間については個人差がありますが、まずは1年程度を目安とし、服用継続の必要があるかを検討します。
- 服用中断のタイミングは治療の重要なポイントですので、自己判断せずに、必ず医師と相談してください。

効果が実感できるまでに時間がかかります

- アトモキセチンは飲み始めてから効果が感じられるまで個人差がありますが、数週間～数カ月かかります。
- 効果はゆっくりとあらわれるため、飲み始める前との変化がわかりづらいかもしれません。

基本的な注意

- 維持量までは徐々に量を増やします。必ず医師に指示された量を服用してください。
- ご自分の判断で服用を止めたり、薬の量を増やしたりしないでください。
- 包装シート（PTPシート）から取り出して服用してください。
- この薬の成分は、目に対する刺激性があります。錠剤の破片が目に入った場合は、すぐに水で洗って医師に相談してください。また、割れたり、砕けたりした錠剤を手で触った場合は、すぐに手を洗ってください。
- この薬の服用前および服用中は、定期的に血圧および心拍数（脈拍数）の測定が行われます。
- 眠気、めまいなどを起こす可能性があります。この薬を服用中は、自動車の運転など、危険を伴う機械の操作は避けてください。

注意が必要な症状変化

この薬を服用中に

- 攻撃的な行為や態度、またはこれらの症状の悪化
- 死にたいと考える、または関連する行動
- 幻聴や幻覚

などの症状があらわれることがあります。このような症状を経験した場合には医師に相談してください。

服用する際の注意点②

飲み方をまちがえたとき

- 飲み忘れた場合は、気がついたときに1回分を飲んでください。ただし、次に飲む時間が近い場合は1回とばして、次の時間に1回分を飲んでください。決して2回分を一度に飲まないでください。
- 誤って多く飲んでしまい、普段と違う様子がみられましたら、すぐに医師に相談してください。

他の診療科、病院を受診するとき

- この薬を服用中であることを必ず伝えてください。

薬の管理

- 薬は処方された方のみが服用するものです。ご家族間であっても他の方は絶対に服用しないでください。
- 子どもが誤って服用しないように、子どもの手の届かないところに保管してください。
- あまった薬の処分については、薬局や医療機関に相談してください。

服用する際の注意点③

アトモキセチンと一緒に服用すると効果が変わったり、副作用が発現する可能性が高くなったりする薬があります。現在服用している薬がある場合、またアトモキセチンの服用中に他の薬を服用する場合は、事前に医師または薬剤師にご相談ください。

アトモキセチンと一緒に飲んではいけない薬

薬剤名など	薬の種類
セレギリン、ラサギリン、サフィナミドなど	パーキンソン病の薬

アトモキセチンと一緒に使用するには注意が必要な薬

薬剤名など	薬の種類
サルブタモール（吸入剤は含まない）	喘息、気管支炎などの薬
ベータ（β）受容体刺激剤	喘息、気管支炎などの薬
パロキセチン、ミルナシプランなど	うつ病などの薬
ドパミンなど	急性循環不全の薬
イミプラミンなど	うつ病、遺尿症などの薬
メチルフェニデートなど	ADHD、ナルコレプシーなどの薬

あらわれやすい副作用

アトモキセチンを服用すると、個人差はありますが、次のような副作用があらわれることがあります。
なお、副作用はアトモキセチン服用開始時にあらわれることが多く、体が慣れるまで数週間かかることがあります。

これらの症状以外にも、何か気になる症状がありましたら、早めに医師または薬剤師にご相談ください。

すぐに相談する必要がある副作用

服用中に次のような症状があらわれましたら、薬の服用を中止して、すぐに医師に相談してください。

重大な副作用	主な自覚症状
肝機能障害	疲れやすい、体がだるい、力が入らない、吐き気、嘔吐、食欲不振、かゆみ
黄疸	白目が黄色くなる、皮膚が黄色くなる、尿が褐色になる、体がかゆくなる
肝不全	意識の低下、白目が黄色くなる、皮膚が黄色くなる、尿が褐色になる、体がかゆくなる、お腹が張る、急激に体重が増える、血を吐く、便に血が混じる、吐き気、嘔吐、食欲不振、羽ばたくような手のふるえ
アナフィラキシー	全身のかゆみ、蕁麻疹、喉のかゆみ、眼と口唇のまわりの腫れ、体がだるい、ふらつき、意識の低下、考えがまとまらない、ほてり、しゃがれ声、息苦しい、息切れ、動悸、判断力の低下

服薬日誌

アトモキセチンを服用したら、日誌の服用の欄に印をつけましょう。
気づいたことがあれば、メモ欄に書いておきましょう。
アトモキセチンを飲み始めたばかりの時期は、まだ服用が習慣になっていないため、飲み忘れが起こりやすくなります。
飲み忘れを防ぐため、飲み始めてからしばらくの間は服薬日誌で服用を記録しましょう。

記入例

服用開始から何週間目かと、その週の日付、服薬量を書きましょう。

服用開始（ 1 ）週間目（ 12 月 14 日～ 12 月 20 日）
服用量 朝（ 40 ）mg ／ 夕（ 40 ）mg

曜日	日	月	火			木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕			朝 夕	朝 夕	朝 夕

1日2回の服用の方は、朝、夕の服用ごとに印をつけてください。

1日1回の服用の方は、服用後、ご自身の服用時間に近い方に印をつけてください。

メモ（気になること、医師・薬剤師に伝えたいこと）

飲み忘れもなく順調

気になることや医師・薬剤師に伝えたいことがあれば書きましょう。

服用開始（ ）週間目（ 月 日～ 月 日）
服用量 朝（ ）mg ／ 夕（ ）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（ ）週間目（ 月 日～ 月 日）
服用量 朝（ ）mg ／ 夕（ ）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（ ）週間目（ 月 日～ 月 日）
服用量 朝（ ）mg ／ 夕（ ）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（ ）週間目（ 月 日～ 月 日）
服用量 朝（ ）mg ／ 夕（ ）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

メモ（気になること、医師・薬剤師に伝えたいこと）

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

メモ（気になること、医師・薬剤師に伝えたいこと）

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

服用開始（　　）週間目（　　月　　日～　　月　　日）

服用量 朝（　　）mg ／ 夕（　　）mg

曜日	日	月	火	水	木	金	土
服薬	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕	朝 夕

メモ（気になること、医師・薬剤師に伝えたいこと）

アトモキセチン錠「トーワ」はジェネリック医薬品です

ジェネリック医薬品とは、新薬（先発医薬品）の特許期間が過ぎた後に発売され、有効性・安全性が新薬と同等で、低価格の薬のことです。

錠剤

先発医薬品と同等な部分：有効性・安全性

先発医薬品と異なる部分：剤形

先発医薬品のカプセル剤に対して錠剤を新たに開発しました。カプセル剤と錠剤の有効性・安全性は同等です。

<アトモキセチン錠「トーワ」5mg/10mg/25mg/40mg>

緊急の連絡先

病院・医院名

電話番号

担当医師名　　科

お問い合わせ窓口

memo

発　行：2020年
監　修：信州大学医学部子どものこころの発達医学教室 教授
本田 秀夫
提　供：東和薬品株式会社

本冊子の内容を許可なしに複製、複写（コピーなど）、転載することは法律で認められた場合を除き禁じられています。

AT-4
2023年4月改訂
DC-000224_02