

ステロイド（プレドニゾロンなど）を飲む方へ

ステロイド（副腎皮質ホルモン）の飲み薬は、炎症やアレルギーを抑え、免疫の働きを抑える薬で、多くの病気に使われます。効き目が強い分、飲み方と副作用の見張りに決まりがあります。いちばん大切なのは、自分の判断で急にやめないことです。

急にやめない

長く飲むと、体の副腎が自分でホルモンを作る働きが落ちます。急にやめると、発熱、頭痛、食欲不振、脱力感、筋肉痛、関節痛、血圧低下、ショックなどが起こることがあります。やめるときは担当医が少しずつ減らします。飲み忘れたら気づいたときに1回分を飲み、次の時間が近ければ1回とばします。2回分を一度に飲まないでください。

感染に注意

- ・免疫が下がり、感染症にかかりやすく重くなりやすいです。手洗い、うがい、マスク、人混みを避けます
- ・発熱、寒気、だるさは感染のサインです。早めに受診してください
- ・水ぼうそう、はしかは重くなることがあります。うつった心配があるときは、すぐに受診してください

定期検査で見張る副作用

- ・血糖（糖尿病）、血圧、コレステロール
- ・胃や十二指腸の潰瘍（黒い便、腹痛、吐いたものに血）
- ・骨粗鬆症（骨がもろくなる。予防の薬を一緒に飲むことがあります）
- ・目（緑内障、白内障。定期的に眼科の検査を受けることがあります）
- ・不眠や気分の落ち込み、顔が丸くなる、などもあります。気になる変化は担当医に伝えてください

ワクチンと、ほかの医療機関で

- ・生ワクチン（麻疹、風疹、水痘、BCG など）は、長期・大量に飲んでいる間と、やめて6か月以内は受けません
- ・インフルエンザや肺炎球菌など、生きたウイルスを含まないワクチンは受けられます
- ・帯状疱疹のワクチンは、生ワクチンでない方（組換えワクチン）を選びます。受ける前に担当医に確認を
- ・ほかの病院・歯科・薬局では、必ずステロイドを飲んでいると伝えてください。お薬手帳が役に立ちます

こんなときは相談してください

- ・発熱、寒気、強いだるさが出たとき（早めに受診してください）
- ・黒い便、吐いたものに血が混じる、強い腹痛があるとき
- ・強いだるさ、吐き気、冷や汗、意識がぼんやりするとき（副腎の働きが落ちているサインのことがあります。すぐに受診または救急へ）

この紙は、担当医の説明を補うものです。診断や治療の指示ではありません。気になることは担当医にご相談ください。

出典: PMDA 患者向医薬品ガイド「プレドニゾロン錠」（2024年4月更新）

https://www.info.pmda.go.jp/downfiles/guide/ph/100898_2456001F1345_2_00G.pdf／日本リウマチ学会「副腎皮質ステロイド」（患者・一般のみなさま）
<https://www.ryumachi-jp.com/general/casebook/fukujinhishitsusteroide/>／日本リウマチ学会「ワクチン接種について」（患者・一般のみなさま）
<https://www.ryumachi-jp.com/general/heads-up/>

作成: マナヴィア（MANNAVIA、現役内科医）／最終確認: 2026/09/15／製薬会社の資金は受けていません／mannavia.com/leaflets/oral-steroid-daily