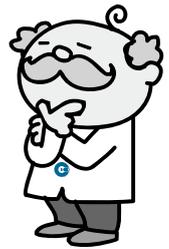


こんにちは!

村立東海病院



～ジュースで薬を飲んでも大丈夫?～

薬と飲食物の飲み合わせについて



薬の中には飲食物との飲み合わせにより本来の効果が弱まったり、強まったりするものがあります。今回は、そんな薬と飲食物の相互作用について紹介します。

【次のような薬と飲食物との飲み合わせには要注意!】

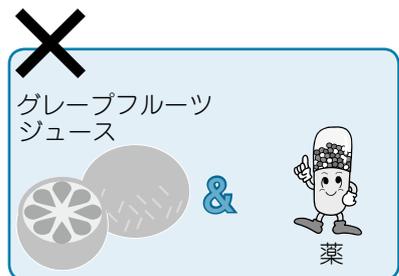
●「ワーファリン」と納豆

「ワーファリン」という薬は、抗凝固作用により血管の血栓や塞栓を防ぐ薬ですが、この薬の服用中に納豆を食べると効果が大幅に低下してしまいます。これは納豆に含まれるビタミンKが、ワーファリンの血を固まりづらくする効果を邪魔するためといわれています。納豆のほかにも、クロレラや青汁にもビタミンKが多く含まれており、これらの食品はワーファリンの服用中には控える必要があります。



●グレープフルーツジュースと薬

グレープフルーツジュースに含まれるフラボノイド類は、薬を代謝する酵素を一部阻害する働きがあります。そのため、グレープフルーツジュースを飲むと、これらの酵素で代謝される薬は体内に長くとどまることとなり、薬の効果が強く出てしまいます。カルシウム拮抗剤といわれる血圧降下薬、抗血小板作用がある「プレタール(シロスタゾール)」、免疫抑制剤の「プログラフ(タクロリムス水和物)・「サンディミュン(シクロスポリン)」、抗てんかん薬の「テグレトール(カルバマゼピン)」なども同様です。以前は皮ごと絞って作るジュースだけが問題とされていましたが、果肉中にも酵素を阻害するフラボノイド類が含まれていることが明らかになり、グレープフルーツの果実もこれらの薬の服用中には摂取を避けることが望ましいとされています。



●「セイヨウオトギリソウ(セントジョーンズワート)」と薬

健康食品として摂取される「セイヨウオトギリソウ(セントジョーンズワート)」は、ある種の薬物代謝酵素を誘導(強く)することにより、これらの酵素で代謝される薬の体内で留まる時間を短くしてしまうため、薬の効果が弱くなってしまいます。影響を受ける薬が多いことから、薬の服用中には、「セイヨウオトギリソウ(セントジョーンズワート)」の摂取を控えた方が良いでしょう。

●「ビスホスフォネート製剤」と飲食物

骨粗しょう症治療剤である「ビスホスフォネート製剤」は、水以外の飲食物と同時に服用すると吸収が弱まってしまうため、起床して朝食前に薬を服用してから30分間は、水以外の飲食物を摂取してはいけなるとされています。特に牛乳や乳製品などカルシウムを多く含む食品、ミネラルを多く含む飲み物は、薬の吸収を大きく低下させるため、注意が必要です。

これ以外の薬でも相互作用を起こす恐れがあります。詳しくは医師や薬剤師にご相談ください。



【問い合わせ】村立東海病院(☎282-2188)、福祉保険課地域医療担当(☎287-0899)