

薬の伝言板



飲食物と薬の相互作用

No138 2009年5月
丸子中央総合病院 薬局

テレビの番組などで、様々な薬と飲食物の相互作用などが取り上げられることがあります。自分の薬は大丈夫かと心配になる方も多いのではないのでしょうか？

今回は、代表的な薬と飲食物の相互作用についてお話したいと思います。

相互作用の種類

薬と飲食物の相互作用は大きく分けて二つに分類することができます。



薬



飲食物

① 飲食物が薬の効果を**増強**させてしまう

薬の吸収が良くなる、または代謝が悪くなる

→副作用が強くなったり、行き過ぎた効果が現れたりします

② 飲食物が薬の効果を**減弱**させてしまう

薬の吸収が悪くなる、または代謝が良くなる

→薬を飲んでも病気の症状が治らない事があります

相互作用がある飲食物と薬の組み合わせ

相互作用がある代表的な組み合わせを紹介します。
ここに紹介するものがすべてではありませんが参考にしてみてください。



① 薬の効果を**増強**させる組み合わせ

* グレープフルーツジュースおよびグレープフルーツ

Ca拮抗薬(アダラートCR錠・カプセル、ルバスク錠、カルブロック錠など)・・・降圧薬、狭心症治療薬
グレープフルーツジュースおよびグレープフルーツの成分が、Ca拮抗薬の代謝酵素を阻害することで作用の増強が起こり、血圧が下がりにすぎることがあります。

* アルコール

ベンゾジアゼピン系(ハルシオン錠など)・・・催眠・鎮静薬

アルコールによって脳の中樞神経が抑制され、ベンゾジアゼピン系催眠・鎮静薬の中樞神経抑制効果が増強されます。

ニトログリセリン(ニトロダーム、ニトロペン舌下錠など)・・・狭心症治療薬

アルコールとニトログリセリン双方の血管を広げる作用により、血圧低下作用が強まり、低血圧になることがあります。



②薬の効果を減弱させる組み合わせ

* 牛乳

テトラサイクリン系抗菌薬(ミノマイシン錠・カプセルなど)

牛乳に含まれるカルシウムによってテトラサイクリン系抗菌薬の吸収が阻害されることで、薬の効果が低下します。



* 納豆、クロレラ、青汁など

ワルファリン(ワーファリン錠)・・・抗血液凝固薬

納豆などの食品に多く含まれるビタミンKが、ワルファリンの血液を固まりにくくする効果を弱めます。



* セイヨウオトギリソウ(セント・ジョーンズ・ワート)

テオフィリン(テオドール錠)・・・喘息治療薬

ワルファリン(ワーファリン錠)・・・抗血液凝固薬

ジゴキシン(ラニラピッド錠)・・・強心薬

健康食品として不眠症やうつ症状に用いられているセイヨウオトギリソウによって、テオフィリン、ワルファリンは代謝が亢進され、ジゴキシンは体内からの排泄が促進されることで薬の効果が減弱します。



相互作用を避けるにはどうすればいいの？



薬と飲食物の相互作用は、薬を飲むときに一緒に食べなければ良いというわけではなく、薬を服用している期間は、相互作用がある飲食物は摂取しないようにしましょう。

このように薬と飲食物の間には様々な相互作用があります。自分の薬を安全で正しく服用するために、相互作用や薬の飲み合わせで分からないことがあったら、医師や薬剤師に相談してください。

薬の説明書には、現在飲まれている薬の内容と注意点、相互作用などが書かれています。当院では、写真つきの薬の説明書を医師の指示により発行しておりますので、希望がありましたら診察時に主治医にお伝え下さい。