



薬と飲食物の飲み合わせ

1.ワルファリンカリウムと食べ物の飲み合わせ

この薬剤は、体内で血液の凝固に関係するといわれるビタミン K の働きを邪魔して、血管内で血液が固まるのを妨げる作用があります(血栓予防)。ですからビタミン K をたくさん含んだものを食べると、薬の効果が弱くなってしまうことがあります。このビタミン K を多く含む食品の代表格が納豆(納豆菌がビタミン K を産生)です。他にこのビタミン K を多く含むものとしては、緑黄色野菜を原料として濃縮したような青汁やクロレラなどのような健康食品を服用すると効果が弱くなってしまう可能性があります。

2.グレープフルーツ(果肉そのものや搾ったジュース)との相互作用

グレープフルーツは、非常にビタミンも豊富で、さまざまな効果があるとも言われておりおいしい果物ですが、医薬品との飲み合わせが非常に多い食べ物のひとつです。特にカルシウム拮抗剤という種類の血圧を下げる薬との飲み合わせが有名で、薬によっては、グレープフルーツジュースと一緒に服用することで、3倍から4倍も薬の効果を強める可能性があるといわれています。このような相互作用は、同じカルシウム拮抗剤でも、その強さは薬によってそれぞれ違いますし、個人差もあるようです。カルシウム拮抗剤以外にも、コレステロールの薬や、免疫抑制剤、睡眠薬や抗アレルギー薬、その他でも確認されています。

3.牛乳との相互作用

牛乳には豊富なカルシウムが含まれていますが、テトラサイクリン系という種類の抗生物質や、ニューキノロン系と呼ばれる抗菌薬などは、このカルシウムとくっつくことにより吸収されにくくなるといわれています。また、アルミニウムやマグネシウムというミネラルを含む制酸剤(胃薬)の一部のものは、大量の牛乳と一緒に服用すると、高カルシウム血症になり、吐き気や食欲不振になったりすることもあるといわれていますので、避けていただいたほうが良いでしょう。

4.お茶との相互作用

お茶には『カフェイン』が含まれています。栄養ドリンク剤やカゼ薬、痛み止め、乗り物酔いの薬など様々な市販の医薬品にも『カフェイン』が含まれています。これらの医薬品をお茶で服用すると、当然カフェインの過剰摂取となり、カフェインの副作用が強く出て、頭痛がしたり、眠れなくなったり、イライラして落ち着かなくなったりというようなことが考えられます。お茶だけでなく、コーヒー、紅茶、ウーロン茶、ココア、コーラなどにも『カフェイン』は含まれており同様のことが言えます。

また、喘息などのときに使われる、気管支を拡張する『テオフィリン』という医薬品がありますが、この薬もカフェインとよく似た性格を持っているため、『カフェイン』を含む飲み物で服用すると、それぞれの作用が強くなってしまい、カフェインを過剰摂取したのと同様に頭痛などの症状が出る可能性がありますので注意してください。

(参考資料 WEB ゆうとく薬局「くすりのはなし」)



お近くのあすなる薬局にご相談ください。

どこの病院・診療所の処方せんにも対応できます。(お薬によっては時間がかかることがあります)

薬・健康食品・サプリメント等についてのご相談を受け付けています。

(甲府)055-228-4024 (巨摩)055-283-3050 (石和)055-263-1568 (武川)0551-26-3800 (大月)0554-20-1301