

知つておきたい薬の飲み合わせ

林 昌洋（虎の門病院部長）

H.20年7月、願成寺

薬や食品の組み合わせ		現れる作用
腰痛、神経痛など ジクロフェナクナトリウム (鎮痛薬)	高血圧、心不全など トリアムテレン(利尿薬)	→ 急性腎不全
口腔カンジダ症 ミコナゾール(外用薬)	関節リウマチ、腎炎など タクロリムス(免疫抑制薬)	→ 腎障害
白血病 イマチニブ		
高血圧など フェロジピン	グレープフルーツ または グレープフルーツ ジュース	→ 効果が 強く現れる、 副作用が 現れやすくなる
不整脈など ペラバミル		
移植、ネフローゼなど シクロスボリン(免疫抑制薬)		
気管支炎、膀胱炎など ニューキノロン系抗菌薬	胃酸を中和する 制酸薬	→ 効果が 弱くなる、 なくなる
脳梗塞など ワルファリンカリウム(抗血栓薬)	ビタミンKを多く 含む食品(納豆など)	→

このほかにもさまざまな組み合わせがある。自分の薬の相互作用が知りたいときは、担当医やかかりつけの薬剤師に相談する。

表・脂溶性ビタミンの働きと過剰症

ビタミン(の働き)	過剰症
ビタミンA (薄暗い所で視力を保つ 皮膚・粘膜の健康維持)	頭痛、嘔吐、頭蓋内圧亢進、皮膚の落屑、脱毛、筋肉痛
ビタミンD (小腸でのカルシウムと リンの吸収促進 骨・歯の形成)	高カルシウム血症、腎障害、軟組織の石灰化障害
ビタミンE (脂質の酸化防止、 過酸化脂質生成の抑制など)	(過剰に摂取しても毒性はきわめて低い)
ビタミンK (血液凝固の促進 骨形成の促進 動脈硬化の抑制)	溶血性貧血(乳児)、低血圧、貧血(成人)

- 薬には、病気を治したり・症状を和らげたりする働きがあります。が、病気の治療に使った数種類の薬どうしや一部の食品が、互いに影響し合って、体の具合が悪くなったりする『飲み合わせ=相互作用』があります。
- 飲んだ薬は、体内に吸収されると、一部が肝臓で分解され、分解された薬の成分は、血流により体内の各組織に運ばれて、薬の効果を発揮した後に、肝臓で分解されて、尿や便の中へ排泄されるのです。
- ◆飲み合わせには、次の4つの型(タイプ)があります。
 - ①似た働きをする薬を一緒に飲むと、効き目が強く現れたり・副作用(薬の害)が現れ易くなったりします。
 - ②反対の働きをする薬や食品を一緒にとると、お互いの働きを打ち消し合って、十分な効果が得られません。
 - ③薬や食品中の成分が結合して、体に吸収されにくい物質に変わるので、薬の効き目が十分に得られません。
 - ④薬や食品の成分が、もう一方の薬の分解を妨げる時は、分解されない薬の成分が血液中に多くなり、薬の効き目が強すぎたり・薬の副作用が起こり易くなります。

※塗り薬でも、飲む薬と同じく、血中に入るものがありません。例、ゼンソクや狭心症などに使う『塗り薬』は、皮膚から吸収され、血液により全身に運ばれるので、飲む薬との組み合わせに、注意が必要です(左図を参照)。

(1)抗血栓(血液をサラサラにし・血の塊を作らない)薬のワルファリンカリウムと、納豆や緑黄色野菜に多含まれるビタミンKの組み合わせは、薬の働きが弱くなる。

(2)血圧を下げるフェロジピンと不整脈を治すペラバミンなどは、グレープフルーツ(ジュース)と一緒に飲むと、薬の効き目が強すぎて・副作用が現れやすくなる。

(3)納豆やグレープフルーツ(ジュース)の薬への影響は長く続くため、薬を飲んでいる間は注意しましょう。

(4)健康食品の中には、ある特定の成分を、普通(市販)の食品で取る量よりも多いものがあり、その成分が薬と一緒にになった時に、症状が現れることがあります。

●健康食品には、ビタミン類などの成分が含まれたりします。ビタミンBやCなどは水溶性なので、とり過ぎても尿(黄色の尿)中へ出てしまうが、脂溶性ビタミンA・D・E・Kの4つだけ(水に溶けず、体脂肪中へ溶け込む)や、油に溶ける色素・カロテンなどは、排泄されず過剰症になるので、健康食品の食べ過ぎには要注意!。

◆『薬の飲み合わせ』は、体质や体調により、症状に差が現れます。また、2カ所以上の医院で薬を受け取る時は処方箋が違うので、医師や薬剤師に相談しましょう!

