



マリン調剤薬局

患者様にやさしい薬局をめざして

Marine Pharmacy

マリン健康通信 R6年度 第2号

知ってる？薬と食品の相性

薬には、薬同士の飲み合わせだけでなく食べ物や飲み物にも相性があることをご存知ですか？

くもしも、薬と相性の悪い食べ物や飲み物を摂取してしまうと・・・>

- ・薬の濃度が高くなって副作用の原因になる
- ・薬の濃度が低くなって薬が効きにくくなる
- ・薬の味が変わって飲みにくくなる
- ・アレルギー反応に関わることも



適切な効果を得るためにも薬と食べ物、飲み物の関係性を知ることが大切です。具体的にどういった組み合わせがあるかみてみましょう！

薬と食べもの

グレープフルーツ



<影響を受ける薬>

一部の降圧薬、高脂血症治療薬など

グレープフルーツの皮や果肉に含まれる成分が薬を分解する酵素の働きを阻害する
→薬の血中濃度が高くなる

チーズ



<影響を受ける薬>

イスコチン®(抗結核薬)、アジレクト®(パーキンソン病治療薬)

薬がチーズに含まれるチラミンの分解を阻害する
→チラミンの血中濃度が上がる
→チラミン中毒を引き起こす可能性がある

チラミン中毒・・・動悸、頭痛、血圧上昇、
悪心嘔吐など

納豆

<影響を受ける薬>

ワーファリン(抗凝固薬)

ワーファリンはビタミンKの働きを阻害することで血栓を予防する薬
→ビタミンKを多く含むので薬の効果が弱くなる



ビタミンK・・・血液を固めるために必要な
物質

薬と飲みもの

アルコール

<影響を受ける薬>

睡眠導入剤、抗精神病薬など

アルコール自体が薬と同じような作用を持っている
→薬の効果が強くなってしまう



オレンジジュース、スポーツドリンク



<影響を受ける薬>

クラリスロマイシン DS など(抗生剤)

成分自体の苦味を防ぐためコーティングが施されている
→同時に服用した場合、酸性飲料によってコーティングが剥がれる
→苦味が出てくる

<苦味を抑えるためには？> アイスクリームにふりかける



冷感刺激で舌が麻痺し、
苦味を感じにくくなる
味の濃いチョコレート味が
おすすめ！

牛乳

<影響を受ける薬>

一部の抗生剤、骨粗鬆症治療薬など

牛乳に含まれるカルシウムと薬の成分が結合する
→薬が吸収されにくくなり、効果が弱くなる

<対策>

薬と牛乳を飲む時間を2時間
程度空ければOK！



薬と牛乳アレルギー

牛乳アレルギーを持っている方に注意が必要な薬があります。

タンニン酸アルブミン(止瀉剤)、エンシュア®(経腸栄養剤)

ガゼインという牛乳やチーズに由来するタンパク質が入っているため、牛乳アレルギーを持つ人は服用できない

イナビル®(インフルエンザ治療薬)

添加物として乳糖水和物を使用しているため、吸入によりアレルギー反応が起きる可能性がある



このように、身近な食品が、服用しているお薬に影響を与えることがあります。
今回紹介したのは一部の例です。
もし、お薬との組み合わせが不安なことがあればいつでも薬剤師にご相談ください！



<参考文献>

- ・PMDA 各薬剤添付文書
- ・国立生育医療研究センター 「粉薬と服薬補助食品の飲み合わせのご紹介」
<https://www.ncchd.go.jp/hospital/about/section/medicine/210330.html>
- ・食品・嗜好品との相互作用
https://www.jstage.jst.go.jp/article/faruawpsj/50/7/50_679/_pdf