

血圧を下げる薬をグレープフルーツジュースで飲んではいけなく、聞いたことはありませんか。薬と薬、薬と飲み物や食べ物との組み合わせによって、薬の作用が強くなったり、逆に効果が下がってしまったり、場合によっては副作用が強くなってしまふことがあります。どうして、このようなことが起きるのでしょうか。

まず、薬は体の中でどうなるのか簡単に説明します。薬は胃の中で水に溶けて胃や小腸から血液の中に吸収されます。吸収された薬は最初に肝臓に運ばれます。肝臓は解毒器官とも呼ばれ、毒となる物質を分解して体を守ります。この分解で働くのが酵素です。薬は体には異物ですので肝臓は薬を毒と判断して分解します。そして、分解しきれずに残った薬が心臓のポンプで全身に運ばれ薬の効果がでます。

さて、飲み合わせについてです。胃の中で水に溶けた薬が血液中に吸収されます。水にカルシウムが含まれると溶けなくなる薬があります。感染症に使う薬の一部な

## くすりの飲み合わせ、食べ合わせとは？ ～そのしくみについて～

どが該当します。これらの薬は、カルシウムが多く含まれる牛乳と一緒に飲むと吸収されなくなり、効果が弱くなります。薬は水で飲みましょう。

次に血圧の薬とグレープフルーツの組み合わせです。グレープフルーツに含まれる成分は、肝臓で血圧の薬を分解する酵素の働きを弱めてしまいます。薬が分解されないと体の中で薬が多く働くようになり、薬が効きすぎてしまいます。もちろん、副作用も出やすくなります。ですから血圧の薬をグレープフルーツジュースで飲むはいけません。グレープフルーツが影響を与えない血圧の薬も多くありますので、薬局で薬をもらう時には薬剤師の説明をよく聞いてください。

今回は、飲み合わせの一部を説明しました。病院でもらう薬と薬局で買う薬との組み合わせ、薬と食べ物との組み合わせなど注意しなければならぬ組み合わせが多くあります。薬を飲むときには、お近くの薬剤師に相談しましょう。

くすりと健康のはなし

# 薬包紙

第19回

一般社団法人岐阜県薬剤師会

理事 杉山正

