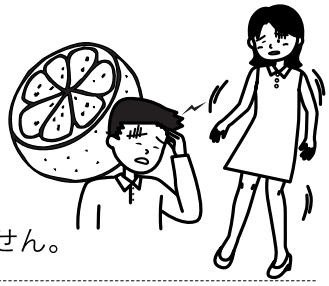
読むくすり箱

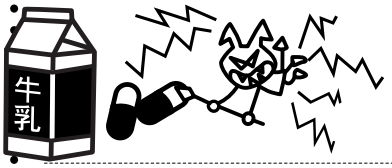
第116号
平成13年7月
富山県病院薬剤師会
DI委員会

ジュースや牛乳で薬を飲んでも良いでしょうか？

■薬とジュースの相互作用



高血圧や狭心症の治療に使われるカルシウム拮抗薬を、グレープフルーツジュースで飲むと、血液中の薬の量が多くなり、薬の作用が強まる可能性があるものもあります。薬が効き過ぎると、頭痛やふらつきなどの副作用が出ることがあります。これは、グレープフルーツに含まれるナリンジンという苦味の成分が影響しています。オレンジジュースやりんごジュースには含まれていませんので心配いりません。



また、牛乳でもいろいろな相互作用があります。角化症治療薬のエトレチナートや真菌症治療薬のグリセオフルビンのように、油に溶けやすい薬を牛乳と一緒に飲みますと、吸収が高まり中毒をおこすことがあります。

逆に、いろいろな感染症に使われる、テトラサイクリン系の抗生物質やニューキノロン系の抗菌薬と一緒に飲みますと、牛乳の中のカルシウムや鉄と反応して吸収されなくなり、効果が現われにくくなります。さらに、胃では溶けないで腸に入ってから溶け始めるような工夫をした腸溶性の薬がありますが、これをアルカリ性の牛乳と一緒に飲みますと、胃の中で溶け始めることもあります。牛乳は、脂肪やタンパク質を含むため、鎮痛薬などの刺激のある薬を飲む時には胃を保護するのでよいとも言われていますが、このように薬と相互作用をおこすこともあります。

真菌症治療薬のイトラコナゾールをコーラで服用すると、血液中の薬の量が多くなり、薬の作用が強まる可能性があります。コーラは高い酸性であり、飲用により胃内を酸性化するため、コーラで薬を服用すると薬の吸収が良くなる場合があります。
その他、お酒やビールなどのアルコール飲料は、危険な相互作用が多く知られていますので、お酒で薬を飲むようなことは、絶対にやめてください。

■薬はどうやって飲むのが適切なのでしょうか？

薬は、水又はぬるま湯で飲むのが原則です。
飲みにくいと言ってジュースや牛乳では飲まないでください。薬によっては、ジュースやコーラに入っている炭酸や、牛乳のたんぱく質や脂肪は薬の成分と結びついて成分を変化させる可能性があります。お酒やビールで飲むことも薬の作用に影響を与えたり、副作用を高めるので危険なことがあります。

■コップ1杯（180ml）程度が常識的な量。

一般には、水の量が多いほど薬は溶けやすくなります。また、水は胃を刺激して胃の運動を高め、薬を早く小腸へ移動させる役目もしています。薬が早く溶けて早く小腸へ送られれば，早く効果を現すことができます。しかしながら、心臓病や腎臓病の人は、水分をとりすぎると、病状を悪化させてしまうことがありますから、水分を制限されているときは注意が必要です。

薬を飲む場合は、薬と薬の相互作用をチェックしてもらい、更に薬を飲んでいる時に注意しなければならない嗜好品や食品についても、医師や薬剤師にアドバイスを受けましょう。