

食と薬の 相互作用

No.1

はじめに

薬の飲み合わせが悪いと本来の効果が減弱したり、また逆に体内の血中濃度が上昇し、副作用が増強され重大な副作用が起きたりすることはよく知られています。このような相互作用は薬-薬間だけでなく食事や、アルコール、喫煙などの嗜好品と、医薬品の間でもおきることがあります。



例えば、

- ワーファリンによる抗凝固療法時に、ビタミンKを沢山含む納豆やクロレウをとると、ワーファリンの効果がてきめん低下します。
- アルコールと睡眠剤を一緒に飲むと睡眠剤の作用が増強される、喫煙(タバコ)が経口避妊薬服用者の血栓症の発症率を増加させるなど代表的な例として広く知られています。

相互作用の起きる理由 その①

薬の体内変化(薬物動態)に及ぼす食事の影響

経口薬剤はほとんどが消化管上部で吸収されます。
食事が及ぼす薬物動態への影響は以下によって説明されます。

- 1 薬物の溶解速度、胃内容物の排泄速度、リンパ吸収に関する胆汁酸分泌、輸送担体との競合、肝臓の血流量の変化(肝臓による初回通過効果への影響)などの生体側の要因。
- 2 食物中の成分と薬剤そのものとの物理化学的变化。

そのため経口剤の吸収は薬品によっては服用時間に大きく影響を受けることがあります。このため決められた効果的な服用時間を守ることが大切です。

例1

速効性インスリン分泌促進剤ナテグリニドは食後服用では吸収が悪く、また食前30分では食事までの間に低血糖を起こしてしまうため、食直前(10分前)の服用が勧められています。

例2

脂肪の多い食事やミルクは脂溶性薬剤のリンパ管吸収を促進します。シクロスポリン、エトレチナートなどが影響を受けるため、投与時は、食事内容の把握が必要です。

例3

ミルク、経管栄養剤、食物中の重金属イオンによっても薬品の吸収率が低下することがあります。骨粗鬆症治療剤アレンドロネートやエチドロネートはもともと極めて吸収が悪く特に注意が必要で、服用前後少なくとも30分間は食事をとってはいけません。

例4

テトラサイクリ系抗生物質と重金属、セフジニルと鉄イオンなどもキレートを形成することで吸収が悪くなりますので、鉄剤やミルクと一緒にこれらの抗生物質をのまないでください。

いくつか例をあげましたが、病院や薬局から薬をもらったら、服用時の注意事項にも気をつけてみましょう