

薬の伝言板

薬と食品・嗜好品の相互作用

No.321 2024年8月



丸子中央病院 薬局

薬と食品・嗜好品（健康食品を含む）には相互作用（飲み合わせの悪いもの）があります。薬を服用した後、食品・嗜好品が薬の効果に影響を及ぼし、薬の効果を強めて副作用が起こりやすくなったり、薬の効果を弱めることで、健康を害する可能性があるものが存在します。







【薬と食品・嗜好品の代表的な相互作用（飲み合わせ）】

I. 薬の効果（副作用）を強めてしまう食品

| 食品・嗜好品 | 相互作用のある医薬品例 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>グレープフルーツ</p> <ul style="list-style-type: none">・摂取後、3～4日間は相互作用の効果あり→同時に摂取しなければ良いというわけではない！・グレープフルーツ以外の柑橘系にも注意 【相互作用あり】 夏ミカン、ダイダイ、サワーオレンジ、ザボン、ハッサク、絹皮、スウィーティー、ライム等【相互作用なし】 温州みかん、カボス、バレンシアオレンジ、ネーブル、日向夏、レモン、ゆず等 | <ul style="list-style-type: none">・降圧薬（アムロジピン、ニフェジピン、シルニジピン等）・利尿薬（トルバプタン） 抗てんかん薬（カルバマゼピン）・睡眠薬（トリアゾラム等）・抗血小板薬（シロスタゾール）・脂質異常症治療薬（アトルバスタチン、シンバスタチン）・抗アレルギー薬（ルパタジン）  |
| <p>アルコール</p> <ul style="list-style-type: none">・基本的に薬とアルコール（お酒）を一緒に飲むことは避ける・右記はアルコールとの同時摂取が特に問題となる薬剤  | <ul style="list-style-type: none">・解熱鎮痛薬（アスピリン、アセトアミノフェン等）・睡眠薬（トリアゾラム、プロチゾラム）・糖尿病薬（メトホルミン、ブホルミン、ビルダグリブチン、シタグリブチン、アログリブチン、サキサグリブチン、ナテグリニド、レパグリニド等）・抗凝固薬（ワルファリン）・降圧利尿薬（ヒドロクロロチアジド、トリクロルメチアジド、インダパミド）・抗うつ薬（アミトリプチン、ミアンセリン、エスシタロプラム、セルトラリン、パロキセチン、デュロキセチン等） |

Ⅱ. 薬の効果を弱めてしまう食品

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>納豆、クロレア、青汁</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ワルファリンはビタミンK 依存性に血液が固まるのを抑えるため、ビタミンK を大量に含む納豆、クロレア、青汁はワルファリンの効果を弱めてしまう ・緑黄色野菜は通常の食事摂取量であれば問題なし | <ul style="list-style-type: none"> ・ワルファリン  <p>※ワルファリン以外の抗凝固薬（リバーロキサバン、エドキサバン等）を服用中の場合は摂取しても問題なし</p> |
| <p>乳製品（牛乳、ヨーグルト等）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薬の成分が乳製品のカルシウムとくっついて薬の吸収を抑え、効果が低下する | <ul style="list-style-type: none"> ・抗菌薬（レボフロキサシン、ミノサイクリン等）  |
| <p>サプリメント（セントジョーンズワート）</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薬の代謝を誘導することで効果を弱める  | <ul style="list-style-type: none"> ・抗てんかん薬（フェニトイン、カルバマゼピン） ・抗凝固薬（リバーロキサバン、ワルファリン等） ・抗ウイルス薬（アメナメビル、エンシトレルビル等） ・利尿薬（エプレレノン） ・抗うつ薬（セルトラリン、デュロキセチン等） ・免疫抑制薬（シクロスポリン等） <p>その他、多数あり</p> |
| <p>タバコ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・薬の代謝を誘導することで効果を弱める  | <ul style="list-style-type: none"> ・気管支拡張薬（テオフィリン） ・筋弛緩薬（チザニジン） ・抗精神病薬（オランザピン） ・低用量ピル など |



上記で紹介した薬と食品・嗜好品の相互作用は一部であり、他にも様々な組み合わせが存在します。ご自身の服用薬について不明な点があれば、薬剤師にお問い合わせください。