

～薬とグレープフルーツジュースの関係について～

1：薬とグレープフルーツジュースについて

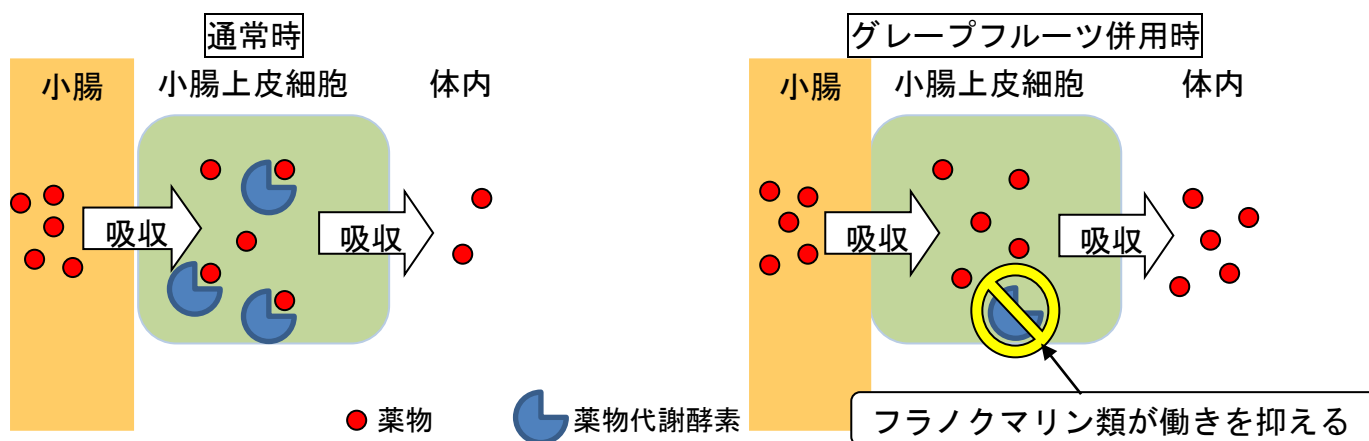
薬剤師から薬の説明を受けた際に、「この薬はグレープフルーツジュースと一緒に飲むのは控えてください」と説明された経験はありませんか。また、グレープフルーツジュースと薬と一緒に飲んではいけないう疑問に感じたことはありませんか。今回は、グレープフルーツジュースと薬の関係について説明します。

2：グレープフルーツジュースを飲むとどのような影響があるの？

飲み薬の多くは、飲むと小腸で吸収され、身体の中で効果を示します。効果を示したあとは、肝臓に存在する、薬を代謝する酵素（薬物代謝酵素）によって代謝を受けます。また、小腸にも薬物代謝酵素は存在し、一部の薬は小腸で代謝されることもあります。

グレープフルーツジュースには、「フラノクマリン類」という物質が含まれています。この物質には小腸での薬物代謝酵素の働きを抑える働きがあり、小腸で代謝を受ける割合が減少します（図）。その結果、体内に吸収される薬の量が通常より増えてしまうため、効果が増強され、副作用が出現する可能性が高くなります。例えば、一部の血圧を下げる薬とグレープフルーツジュースと一緒に飲むと、血圧を下げる効果が強く出すぎてしまい、立ちくらみやめまい、頭痛といった副作用が現れることがあります。

一般的にフラノクマリン類が薬に及ぼす影響では約 24 時間と言われていますが、薬によっては数日間影響するものもあります。以上のことから、グレープフルーツによって影響が出る薬を服用中は、グレープフルーツの摂取は控えるべきだと考えられています。



(図)

3：一緒に飲む際に注意する薬

以下の表に示した薬を服用している人はグレープフルーツの摂取に気を付けましょう。

薬の種類	商品名（一般名）
高血圧、狭心症に用いる薬	ノルバスク®(アムロジピン)、アダラート®(ニフェジピン)、コニール®(ベニジピン)、カルブロック®(アゼルニジピン) など
脂質異常症に用いる薬	リピトール®(アトルバスタチン)、リバロ®(ピタバスタチン)、クレストール®(ロスバスタチン) など
免疫を抑える薬	ネオーラル®(シクロスポリン) など
眠りを導入する薬	ハルシオン®(トリアゾラム) など
てんかん発作に用いる薬	テグレトール®(カルバマゼピン) など
血液をさらさらにする薬	プレタール®(シロスタゾール) など



これらの薬以外にもグレープフルーツを避けるべき薬は多くあります。新たな薬が処方された時は、食べ合わせが悪いものはないか薬剤師に確認するようにしましょう。

4：グレープフルーツ以外の柑橘系について

ここまでグレープフルーツについて述べましたが、これと同様に薬へ影響を及ぼす柑橘系があります。以下に摂取を控えるべき柑橘系を記載しています。

摂取を控えたほうがよい柑橘系 スウィーティー、メロゴールド、晩白柚、 レッドポメロ、甘夏みかん、サワーポメロ
--



これらの柑橘系には、グレープフルーツと同様にフラノクマリン類が多く含まれています。グレープフルーツによって影響が出る薬を服用中の方はこれらの柑橘系の摂取も控えましょう。

また、フラノクマリン類という物質は、柑橘系の中でも特に果皮に多く、果汁の数十倍～数千倍の量が含まれています。柑橘系の果皮は砂糖漬けやマーマレードのように加工して食べられる場合があります。摂取を控えるべき柑橘系の加工食品にも注意しましょう。

摂取を控えるべき柑橘系以外の柑橘系にもグレープフルーツと比較して少量ではありますがフラノクマリン類は含まれています。少量でも食べすぎは薬の効果に影響を及ぼす可能性があります。食べすぎには気を付けましょう。