




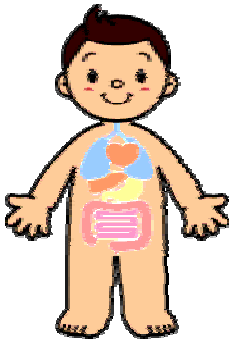
# くすり箱

発行  
桐生厚生総合病院 薬剤部  
発行責任者 加藤 潤一  
編集担当者 桑原 清佳  
河井 利恵子

2006年12月発行

第3回目のテーマは、“薬の飲み合わせについて” について紹介します。

 体の中で薬はどのように吸収されるのでしょうか？



薬は主に **< 吸収・代謝・分布・排泄 >** という経路をたどります。  
では、体の中を覗いてみましょう。

薬は口に入ると、胃の中に入っていきもの 肺の中に入っていきもの(吸入剤) 口にそのまま残ってその効果を発揮するものがあります。トローチのように口の中周辺に効き目を示すものや、狭心症の発作時に使用するニトログリセリン錠などは、舌の下の血管に入り、血液にのって全身をまわることになります。この薬は、ふつうに飲み込んだのでは、薬の効果を発揮できません。

## 胃の中では・・・

薬を飲みこむと食道を通過して胃の中に入ります。錠剤やカプセルなどは胃で砕かれて、溶けていきます。最近では、腸で溶けるように設計されている薬(腸溶剤)もあります。この場合、割ったり噛んだりすると胃酸によって分解されてしまうため、効き目がなくなったりします。

## 小腸の中では・・・

ほとんどの薬は小腸の表面から吸収されます。腸で吸収されると、門脈を通り肝臓へ移動していきます。腸で吸収されないと、糞便に混ざって体の外に出ていきます。 **吸収**

## 肝臓の中では・・・

肝臓は、体の中に入ってきた薬を、特別な酵素によって分解したり、修飾したりすることで、体の外に出やすいようにしています。肝臓の解毒機能によって薬の一部分は代謝されますが、残った薬は静脈の血流に乗ります。 **代謝**



## 全身で・・・

血流にのって心臓に到達し、ポンプの役割を果たす心臓の大動脈によって薬が全身へと送り届けられることとなります。目的の臓器(病気の部分)に着いて直接作用します。 **分布**

## 腎臓では・・・

血液にのって腎臓へ移動してきた水に溶けやすい薬は、ろ過されて尿と一緒にからだの外に出されます。 **排泄**

このように薬の吸収、代謝、排泄の場面で食べ物が影響を与えることがあるため食べあわせに問題が起こるのです。

 どの食べ物に注意したらいいのでしょうか？

### <食べ物が薬の吸収に影響するもの>

ベネット(骨粗鬆症治療薬) エリスロシン(抗生物質)

牛乳: 牛乳に含まれるカルシウムと薬が結びつき薬の効き目を抑えてしまいます。



服用前後2時間程時間をおいて牛乳を飲みましょう。

### <食べ物が薬の代謝に影響するもの>

バイミカード、カルブロック(高血圧等の薬)・ネオラル(免疫抑制剤)

グレープフルーツ(ジュース): グレープフルーツの実には、肝臓にある薬を代謝する酵素を阻害する物質が含まれています。その為薬が強く効いてしまいます。



### <食べ物が薬の作用に影響するもの>

ワーファリン(抗凝固剤)



納豆: 納豆菌により腸内でつくられるビタミンKが効き目を抑えてしまいます。

ブロッコリー・ほうれん草等: 生でも調理してもビタミンKが多く含まれています。ワーファリンの効き目を抑えてしまいます。



納豆、クロレラは食べないようにしましょう！  
緑黄色野菜を極端に大量には食べないようにしましょう。

ビタミンKの多い食品

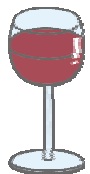
モロヘイヤ(小鉢)>明日葉(小鉢)>ほうれん草(小鉢)>わかめ(味噌汁用10g)

### <薬が食べ物の成分に影響するもの>

イスコチン(抗結核薬) トリプタノール(抗うつ薬)

チーズ・ワイン:

イスコチンはチーズ等に含まれるアミノ酸の一種のチラミンが分解するのを抑えてしまいます。その為血圧上昇、発汗、頭痛などがおきることがあります。



さんま・いわし:

魚に含まれるアミノ酸の一種のヒスチジンが腸内細菌によってヒスタミンになります。このヒスタミンがイスコチンにより分解されない為頭痛、吐き気、顔面紅潮などがおきます。鮮度がおちる程ヒスチジンは増えますので、魚は新鮮な物にし、大量に食べるのは控えましょう。



チラミンやヒスチジンを含む食品を完全に控えるのは難しいです。原因と思われる食品をなるべく避けるようにしましょう。

フェロミア(鉄剤)



お茶: 「お茶に含まれるタンニンと鉄剤がくっついて吸収されなくなる。」と言われていましたが、最近では、適度にお茶を飲んでも治療に必要な量は吸収されることが明らかになりました。しかし、鉄剤をお茶で服用することをお勧めするわけではありませんので、濃いお茶での服用は避けて下さい。

次回は、“薬と嗜好品(アルコール、たばこ等)について”のテーマで、

2007年3月発行予定です。