



# 加地薬局かわら版

2015年10月



## 🍊 お薬とグレープフルーツの飲み合わせについて

これからの季節、食べることが多くなっていく柑橘類。その中でも、グレープフルーツは薬との飲み合わせに気をつけたい果物の一つです。皆さんが服用している薬と柑橘類とでは、どのようなものが飲み合わせが良くないのでしょうか？下記に簡単に記してみたのでご参考にして下さい。

## 🍊 グレープフルーツが良くないとされるのはなぜ？

多くの薬は主に小腸と肝臓にある酵素によって、解毒されて身体の外へ排出されます。しかし、グレープフルーツの果実やジュースに含まれるフラノクマリン類という物質は、薬を解毒する酵素の1つの力を弱めてしまいます。その結果、**薬の効果が強く出てしまうことがあります。**

同じグレープフルーツでも果肉が赤いタイプはフラノクマリン類の含有量が通常のグレープフルーツと比較して半分とされ、効果が強く出る可能性も少なくなると考えられます。

一方で、グレープフルーツ味のゼリーやあめ等、加工品に関しては詳しくは分かっていないようです。

## 🍊 グレープフルーツ以外に注意すべきかんきつ類

最近では、たくさんの品種の柑橘類が登場していますが、グレープフルーツ以外にもフラノクマリン類が含まれる代表的なものとして、ハッサク、ザボン(ぶんたん)、キヌカワなどがあります。



グレープフルーツ



ハッサク



ザボン



キヌカワ

実際に飲み合わせに気をつけたい薬を挙げてみます。

	薬品名
高血圧の薬	アムロジピン(アムロジン、ノルバスク)、ニフェジピン(アダラート)、アゼルニジピン(カルブブロック)、シルニジピン(アテレック)、ベニジピン(コニール)、ニルバジピン(ニバジール)など
脂質異常症の薬	シンバスタン(リポバスなど)、アトルバスタチン(リピトール)など
免疫抑制剤	シクロスポリン(ネオーラル、サンディミュン)など

その他にも、トリアゾラム(ハルシオン)、シロスタゾール(プレタール)など、いろいろあります。

これらの薬はグレープフルーツを含むフラノクマリン類が多く含まれるものと一緒に服用しないことが望まれています。

**薬の解毒には個人差がありますので、グレープフルーツなどの影響にも個人差があります。**グレープフルーツ以外にも食品が薬に影響を及ぼすことがありますので、ご自身の薬について疑問を感じたら、かかりつけの医師や薬剤師に相談することをお勧めします。



引用文献  
東京大学大学院薬学系研究科育薬学講座教授 澤田康文先生より  
日経DI(2015/8月号)様より、大日本住友製薬様HPより