



東陽病院 石田慎一 薬剤科長

その関所の一つに肝臓にある代謝酵素というものがあります。グレープフルーツは、この肝代謝酵素の一部を阻害いたします。そのため、グレープフルーツを先ほどの薬と一緒に服用すると肝代謝酵素という関所がグレープ

もともと、服用されたものが100%利用されて薬効を表していればこのような問題は生じないのですが、どうしても100%利用されることは難しく、利用されない部分があります。体の中に関所みたいなものがあるものと思ってください。関所で薬がストップ若しくは代謝され効果を現すことができないものが出てくるということです。

カプセル剤は下向きで



次にカプセル剤の飲み方についてお話を致したいと思います。カプセル剤を服用するときノドにくっ付き旨く服用できないということはありませぬか。ほとんどの人は薬を服用するとき口に水を保持して、上を向き薬を入れ水とともに服用します。水より重い薬を服用するときはそれでいいんですが、カプセル剤みたいに水に浮く薬を服用するときは上をむくことは逆効果になります。口の中で水にカプセル剤が浮いてしまい、ゴクンと飲み込んで先に水が落ち込み、カプセル剤があとから落ちることになります。ために口に水とカプセル剤を含み、若干顎を引き下を向く感じでゴクンと服用してみてください。カプセル剤が口のなかで先に落ち水が後から落ちていく感じになるはずですよ。

今回は「グレープフルーツと薬」、「カプセル剤の服用の仕方」の2つのお話をしたいと思います。最近、新聞でも取り上げられたことですが、高血圧や狭心症に使用されるカルシウム拮抗剤の一部とグレープフルーツとの間に、相互作用が生じ薬が強く効きすぎて副作用を生じやすくなるという話が記事になりました。

フルーツにより阻害されいつもより多くの薬が、血液に入り効果を現すこととなります。1錠服用したはずが、それ以上服用したことになるという事です。グレープフルーツに含まれるある種のフラボノイドが、一部の肝代謝酵素を阻害すると考えられています。今のところ、ミカンやオレンジではこの様な作用は確認されておりません。また、半日位あいたをあげていただければ、その様な相互作用は防げるといわれています。

健康への

メッセージ

シリーズ ④

グレープフルーツと薬



『県民の日』映画会

それいけ! アンパンマン

『空とぶ絵本とガラスの靴』

期 日 6月15日(日)
 上映時間 1回目 午前10時
 2回目 午後1時30分
 定 員 各100名
 入 場 ご希望の方は、入場整理券を図書館カウンターでお求め下さい。



ほんの

＝町立図書館＝
 ☎3311