

# 薬の飲み合わせ (相互作用)について



不二越病院  
申岡 譲

## 相互作用は どのようにして 起こるのか？



### ①薬が吸収される過程での相互作用

ある種の薬を一緒に飲むと吸収されにくくなったり、逆に吸収がよくなったりします。吸収が悪くなれば効果は現れませんし、吸収がよすぎると副作用が出たりします。

### ②薬が運ばれる過程での相互作用

吸収された薬は、血液中に入り血液中にあるアルブミンというたんぱく質と結びついて必要な部位に運ばれていきます。このアルブミンと結びつく力が強い薬と弱い薬が組み合わさった場合に効き目が強く出たり、副作用が現れやすくなったりします。

### ③薬が分解される過程での相互作用

血液の流れにのって必要な場所で効き目を現した薬は、肝臓などで分解され効果がなくなります。これを代謝といい、酵素というものが関係しています。薬によっては、この酵素の働きを強めたり、逆に弱めたりするものがあります。後者の場合、薬の成分の血中濃度が高くなるため、効き目が強すぎたり副作用が起こりやすくなります。

## 薬が効くまでの道すじ(左図参照)



薬を飲んだ場合、口から飲んで胃や腸に入った薬は溶けて主に腸から吸収され、血液の流れにのって肝臓、さらに心臓を経て全身へと送られ効果を発揮します。薬が相互作用を起こす仕組みには色々なものがありますが、大きく分けると薬が吸収される過程、薬が血液中を運ばれる過程、薬が分解される過程などで起こるとされています。



## 薬の相互作用とは

薬には病気を治療したり、症状を和らげたりする働きがあります。しかし、治療のために処方された薬を2種類以上同時に服用した場合、薬の組み合わせによっては作用が強くなり、逆に作用が弱くなったり、場合によっては副作用が出やすくなったりすることがあります。これを相互作用といいます。また、一部の食品が薬の働きに影響を及ぼすこともあります。



## 薬と食べ物で 起こる相互作用

高血圧や狭心症の治療に使用されるカルシウム拮抗薬(ニフェジピン、ニカルジピンなど)や抗不安作用のあるジアゼパムをグレープフルーツジュースで飲むと血液中の薬の量が多くなり効きすぎたり、頭痛やふらつきなどの副作用が出ることがあります。これはグレープフルーツに含まれる成分が腸管での吸収過程においてカルシウム拮抗薬を分解する酵素の働きを弱め、吸収が増加するためです。

牛乳は、脂肪やタンパク質を含むため、鎮痛剤などの刺激のある薬を飲む時には胃を保護するのでよいとされていますが、感染症(気管支炎、膀胱炎など)に使用されるニューキノロン系抗生物質という抗菌薬と一緒に飲むと、牛乳の中のカルシウムや鉄と反応して吸収されにくくなり、効果が現れにくくなります。



飲み合わせに  
注意しましょう



## 相互作用を 防ぐには？

相互作用が問題となるのは、相互作用を起こす組み合わせの薬を新たに使い始めた時です。新たな薬が追加されることによって、今まで使っていた薬が効きすぎたり効果がなくなったりするからです。逆に薬の種類を減らした場面にも注意が必要です。

医師は薬を処方する場合、相互作用が起こりにくい組み合わせになるよう配慮しています。しかし、相互作用のおそれがある場合も両方とも他の薬に代えられない時は薬の量を調節しながら慎重に薬を使います。

また、相互作用が起こりうる薬の組み合わせでも、程度に個人差がありすべての人に起きるとは限りません。



最後に日頃自分が服用している薬の正しい知識を身につけ、医師の指示とおりに正しく服用し、健康管理に努めたいものです。

このほかにもさまざまな組み合わせがあります。自分の服用している薬の相互作用が知りたい時は主治医や薬剤師にご相談下さい。一箇所の医療機関で薬を処方されている場合、医師からの薬を受け取る際には相互作用の有無を確認してもらうことができますが、複数の医療機関を受診している場合、別の医療機関で処方されている薬を医師に伝えないと相互作用の起こる薬が処方されるおそれがあります。これらを回避するために、別の医療機関にかかる時は、現在服用しているお薬がわかる説明用紙やお薬手帳を持参し確認してもらうことが大切です。