

えいよう掲示板

今回は、薬剤師さんもよく質問を受けられる、カルシウム拮抗薬・HMG-CoA還元酵素阻害剤、免疫抑制剤、不眠症治療薬などとの飲み合わせに注意が必要な「グレープフルーツジュース」その他の「柑橘類」についてお話していきます。

血圧の薬やコレステロールのお薬を服用する際の注意事項として「服用中はグレープフルーツやグレープフルーツジュースを食べたり飲んだりしないで下さい。」と記載がありますが、これは、グレープフルーツジュースに「**フラノクマリン**」という代謝酵素の働きを邪魔する成分が含まれているためです。この「フラノクマリン」が体内の代謝酵素の働きを邪魔すると、薬の分解を遅らせるため、薬の効き目が強くでてしまい、副作用が現れる可能性が高くなります。そのため、お薬によって、グレープフルーツジュースと一緒に飲むことが禁止されています。

グレープフルーツジュースと飲み合わせが悪い薬

分類	一般名（商品名）
カルシウム拮抗薬	アゼルニジピン（カルブロック）、シルニジピン（アテレック）、ベニジピン塩酸塩（コニール）、ニフェジピン（アダラート）、ベラパミル塩酸塩（ワソラン）等
高脂血症治療薬	アトルバスタチン水和物（リピトール） シンバスタチン（リポバス）
免疫抑制剤	シクロスポリン（ネオーラル、サンディミュン） タクロリムス水和物（プロGRAF）等
不眠症治療薬・鎮静薬	トリアゾラム（ハルシオン）等
抗悪性腫瘍薬	ニロチニブ（タシグナ）、ゲフィニチブ（イレッサ）
抗血小板薬	シロスタゾール（プレタール）

ジュースでなければよい？他の柑橘系との飲み合わせは？

ジュースだけでなく、果実にも同じ物質が含まれているとされているため、注意が必要です。

フラノクマリン類はピンクグレープフルーツよりも一般的なグレープフルーツの方が多く、またその含有量は、**果皮>果肉>種**の順になっていることが報告されています。

フラノクマリン多→果皮

実はグレープフルーツだけでなく、他の柑橘系にも含まれており同様の症状が起こる可能性があります。



×摂取を控えるべき柑橘類



グレープフルーツ



スウィーティー



メローゴールド



晩白柚 (ばんぺいゆ)



レッドポメロ



ダイダイ



文旦 (パール柑)



八朔(はっさく)



サワーポメロ



メキシカンライム



甘夏、夏みかん



きんかん



NG

○摂取しても良い柑橘類 (フラノクマリンを含まない)



温州ミカン



いよかん



かぼす



デコポン



ゆず



ばんかん



オレンジ



レモン



OK!

同じ柑橘系でも、レモン、みかんやオレンジ等は代謝阻害物質（フラノクマリン）が含まれていないため、薬の服用前後で食べてもほとんど問題ないとされています。

また、フラノクマリンは皮に多く含まれていることから、果皮を含むマーマレードジャムは果皮の原料にもよりますが、注意が必要です。他のジャムで代用するのが良いと思われます。

フラノクマリンの含有量は、グレープフルーツの銘柄や産地、収穫の時期により大きく変動すると言われています。また、グレープフルーツと薬物との相互作用がほとんど見られない人もいれば、かなり影響が出る人もいとされています。ポカリスエットやアクエリアスなどのスポーツ飲料にもグレープフルーツ果汁が使用されています。これらは、含有量を推測するのがとても困難で、飲み合わせの悪い薬を服用している間は、少量でも接種は避けた方が良いと言われています。