

お薬を服用するときに注意すること

グレープフルーツ 編

● どうして気を付けるの？

グレープフルーツには薬が体に吸収される働きを強めてしまうフラノクマリン類という成分が含まれています。そのため薬の効果や副作用が強く出てしまうことがあります。グレープフルーツと薬の服用時間をずらしたり、数日空けたりしても影響が出る可能性があります。飲み合わせの悪い薬を服用している場合、グレープフルーツは避けてください。

● 影響のある薬って何があるの？

血圧を下げる薬や不整脈を抑える薬、血液をサラサラにする薬、コレステロールを下げる薬、寝つきをよくする薬、免疫反応を抑える薬、前立腺肥大症による尿の出を改善する薬、てんかんの発作や神経痛を抑える薬、低用量ピルなどがあります。

● グレープフルーツ以外の柑橘系は大丈夫？

フラノクマリン類はグレープフルーツ以外の柑橘類のも含まれています。また果肉より果皮に多く含まれていますので、果皮を使ったジャムやジュースなどにも注意が必要です。

避けた方が良いもの
フラノクマリンを多く含む

グレープフルーツ、スウィーティー、メロゴールド、晩白柚、ダイダイ、文旦（ザボン）、ポメロ、八朔、ライム、夏みかん、三方柑、パール柑

影響が少ないとされるもの
フラノクマリンを少量含む

ポンカン、伊予柑、ゆず、すだち、かぼす、金柑、ネーブルオレンジ、スウィートオレンジ（※）、日向夏（※）、レモン（※）
（※）の果皮はフラノクマリンを多く含むため避けてください

影響がないもの
フラノクマリンを含まない

温州ミカン、デコポン

【参考文献】 齋田哲也ほか，医療薬学 32(7):693-699，2006