

お薬のしおり

グレープフルーツジュースと薬 No.46 (H17.7)

東京医科大学病院 薬剤部

みなさんは「グレープフルーツジュースと薬を一緒に飲んではいけない」ということを聞いたことがありますか？最近よく話題になっているので耳にしたことのある人も多いかもしれません。実際には、一緒に飲むと確かに副作用などが出やすくなる薬もありますが、すべての薬で起きるというわけではありません。

代表的なものとしては、高血圧治療薬の中のカルシウム拮抗薬と呼ばれるものがあります。カルシウム拮抗薬は、血管をひろげて血圧を下げる薬ですが、グレープフルーツジュースと一緒に飲むことで、薬の作用が強くなり出過ぎてしまい頭痛、顔面紅潮、ふらふら感、さらには過度の血圧低下など思わぬ副作用があらわれることがあると言われています。

それでは、なぜグレープフルーツジュースがカルシウム拮抗薬の作用を強めてしまうのでしょうか？グレープフルーツジュースの中にカルシウム拮抗薬の代謝を阻害する成分が含まれているからです。カルシウム拮抗薬はチトクローム P450 という酵素で代謝され、体外に排出されます。しかしこの酵素が阻害されてしまうと排泄がうまくいかなくなり、体内に蓄積されて効き目が強くあらわれすぎることがあります。

また、この酵素で代謝（体外に排出）されるのは、カルシウム拮抗薬だけではありません。他にも多くの薬が代謝されることが知られており、この酵素が阻害されると影響が出るのが考えられます。実際に相互作用が報告されているものとして免疫抑制薬であるシクロスポリン、タクロリムス、睡眠薬のトリアゾラム、抗てんかん薬のカルバマゼピン、ゾニサミド、高脂血症薬のシンバスタチンなどがあります。

それでは、カルシウム拮抗薬などの薬を



のんでいるひとは、グレープフルーツジュースを飲むことはできないのでしょうか？そんなことはありません。カルシウム拮抗薬のすべて薬と一緒に飲まない方がよいのではなく、アムロジピンなどほとんど影響しないものから、ニソルジピンのように数日間も影響するものまであります。また、グレープフルーツ自体の成分の組成や含有量は産地の気候や収穫時期により大きく変動すると言われていて、薬物の代謝というものも個人差がかなり大きく、薬の種類によってもかなりの違いがあるのです。

薬をお渡しする際には、万が一副作用が出た場合を想定して「グレープフルーツジュースと薬と一緒に飲んだ場合、血圧が下がり過ぎてフラフラしたり、胸がドキドキしたり、頭が痛くなったり、顔が赤くなったりすることがありますので、この薬を飲んでいる間はグレープフルーツジュースを飲んだり、グレープフルーツを食べるのを控え、薬は水で飲んでください」などと説明しているのです。

グレープフルーツ以外ではスイーティーなどが同じような作用を引き起こす可能性があります。同じ柑橘系の中でも、オレンジ、レモン、カボス、温州みかんなどは大丈夫とされています。

グレープフルーツジュースとの飲み合わせについて、もし不安なこと、分からないことがありましたら、医師または薬剤師まで遠慮なくご相談下さい。万が一副作用など、何か体に異変を感じたら早めに医師の診察を受けましょう。



Q：グレープフルーツジュースは、グレープフルーツ何個分に相当するの？

A：コップ一杯のグレープフルーツジュースには1個強のグレープフルーツが使われています。

Q：グレープフルーツにはルビータイプもあるけど、どちらも同じと考えていいの？

A：一般的にはピンク色のルビータイプの方が、影響が少ないと言われています。