

薬の飲み合わせについて

(併用・相互作用)

～岡山県薬剤師会津山支部～



みなさんは、「薬は安全だから、何を飲んでも大丈夫！」と考えていませんか。「薬」は病気やケガの治療などでとても大切な役割を果たします。

しかし、程度に差はありますが、薬は効き目だけでなく、副作用という「リスク」も併せ持っています。

そこで、薬を安心して使うためには、薬に関するリスク、正しい使い方や飲み合わせなどを知ることが大切です。

①複数の薬を飲んでいる場合

薬の飲み過ぎや飲み合わせなどにより、薬の効果が十分に得られないことがあります。

同時に複数の薬を服用することを併用といい、併用によって作用が強くなったり、弱くなって効かなくなることを相互作用といいます。

薬の併用は、医師が治療する上で、効果を高めるためや、副作用を防止する目的で行う場合もあります。

注意したいのは、複数の医療機関の薬を服用する場合に、相互作用で治療に支障をきたしたり、健康上問題が生じる危険があります。

他の薬を服用している際は、必ず医師や薬剤師に報告するようにしましょう。

また、薬局・ドラッグストアなどで購入できる一般用医薬品でも飲み合わせに注意が必要な場合もあります。

薬局などで医薬品を購入される場合には、飲み合わせを確認することはとても大切なこととなりますので、その際には現在服用している薬をきちんと伝えるようにしてください。

②「食品との飲み合わせにも注意」

食品の中にも、薬と一緒に摂取しないほうがよいものがあるので注意が必要です。

特に高齢の方は内臓の働きが弱くなっているため、薬が効きすぎたり、思わぬ副作用が現われたりすることがあります。



この中で耳にすることが多いと思われるのは、「ワルファリンと納豆」ではないでしょうか。

血液が固まらないようにする働きのあるワルファリンですが、ビタミンKを多く含む納豆や青汁を摂取すると、ワルファリンの効果が弱くなってしまいます。

また、一部の血圧を下げる薬の中にはグレープフルーツと一緒に飲むことで、血圧を下げる作用が強くなってしまうことがあります。

お酒などのアルコールと一緒に服用してしまうと、薬の効き目が強く出すぎたり、副作用が現われやすくなることがあります。

この他にも、食品との飲み合わせで注意が必要なものもありますが、健康食品やサプリメントの中にも注意をしたほうがよいものもあります。

薬は正しく使えば病気やけがを治す手助けをしてくれますが、薬の選択やその使い方を間違えば、十分な効果が得られないばかりか、危険な副作用を引き起こすこともあります。

ですから、薬を服用する際には、決められた用法・用量をきちんと守って、飲み合わせなどにも気をつけて服用するようにしましょう。



最後に、薬をより安全に使うために、自分が使っている薬の記録である「**お薬手帳**」を持つことをおすすめします。

お薬手帳には、その方のアレルギー・副作用歴の有無、過去の病歴、処方された薬の名前・用法・用量・期間などを記載します。

これによって、普段使用している薬や薬に関する情報を医師や薬剤師へ正確に伝えられ、薬の重複や飲み合わせに問題がないかなどをチェックすることで、副作用の防止などにつながるというメリットがあります。

しかし、薬の飲み合わせや相互作用をご自分で調べるのはなかなか難しいと思います。

そういった時に役に立つのが、「**かかりつけ薬剤師・薬局**」の存在です。

かかりつけ薬剤師は、利用者さんの体質やこれまで服用してきた薬などの情報をまとめて把握してくれます。

また、重複した薬がないかを調べたり、過去の副作用歴などを把握して適切な薬物療法が行われているかを確認してくれます。

こういったことをいつでも相談できる「**かかりつけ薬剤師・薬局**」の必要性が高まっています。

ぜひ身近な薬局の信頼できる薬剤師を「**かかりつけ薬剤師**」として選び、薬や健康について気軽に相談してみてください。



お問い合わせ先：津山市健康増進課 TEL 0868-32-2069