

わたらの 健康とくすり

第96号



今月の内容

- 年間総目次
- ウコンについて
- 水以外の飲み物で服用してはいけない薬は？

アロエ（ユリ科）

写真の植物は南アフリカ産のアロエ・フェロックスです。葉の切り口から出る黄褐色の汁を固めたものが医薬品のアロエで、割るとガラス様の黒い塊で、緩下薬として用いられます。町で売られているアロエの苗は薬用のアロエとは異なり、キダチアロエで抗炎症作用があることが知られています。

写真・文 指田 豊

発行者 八王子薬剤センター

2003年12月発行

東京都八王子市館町1097 電話0426-66-0931

協力 八王子薬剤師会

朝長 文彌 / 茂木 徹

96-2

平成15年「わたしの健康とくすり」総目次

	疾患シリーズ	ちょっとお耳を	お薬Q&A
No.85	透析患者さんの薬 東京医科大学八王子医療センター 竹内 裕紀	GI値とは？	タバコと相互作用のある薬について
No.86	医療ソーシャルワーカー 東京医科大学八王子医療センター 医療福祉室 田中 庸子	寒い季節のスキンケア	お薬相談窓口について
No.87	臨床工学技士と血液透析 東京医科大学八王子医療センター 臨床工学技士 鈴木 紀江	シックハウス症候群	トクホってなんですか？
No.88	高血圧薬治療について 東京医科大学八王子医療センター 臨床工学部 栗原 真由美	年をとるとなぜ忘れっぽくなるの？	腸溶錠ってなんですか？ —かまずに飲む薬について—
No.89	人工呼吸器について 東京医科大学八王子医療センター 臨床工学部 山下 一好	水の硬度について	後発品とはなんですか？
No.90	人工心肺について 東京医科大学八王子医療センター 臨床工学部 丹木 義和	食中毒について	医療保険制度の改定について
No.91	糖尿病の食事療法 東京医科大学八王子医療センター 管理栄養士 山元 祥子	半世紀ぶりの新種ビタミンか！！	イチョウの葉の効用
No.92	食品の栄養表示 東京医科大学八王子医療センター 管理栄養士 信澤 麻希子	筋肉痛のお話	お薬による口渇について
No.93	腎臓と食事について 東京医科大学八王子医療センター 栄養科 福元 敦子	なし	お薬はどのくらいもちますか？
No.94	モルヒネの話 東京医科大学八王子医療センター 胸部外科 三浦 弘之	イソフラボンの話	24時間対応とは？
No.95	糖尿病にならないために 東京医科大学八王子医療センター D4病棟看護師 日本糖尿病療養指導士 外村 佳代	あなたの睡眠は足りていますか	子供の熱さましについて
No.96	総目次	鬱金（ウコン）について	水以外の飲み物で服用してはいけない薬は？

お読みになりたいものがございましたら、お気軽に職員にお申し付けください。
創刊より8年が経過し、まもなく100号を迎えます。来年もよろしく願い致します。

編集担当 岡田 寛征



ちょっとお耳を…… 鬱金（ウコン）について

《ウコンって何？》

ウコンがどんなものか知っていますか？ウコンはショウガ科の植物の根塊で多年草です。葉の形は芭蕉やカンナに似ていて（わたしの健康とくすり第94号表紙写真参照）、春、夏、秋に黄色の美しい花を一ヶ月以上も咲かせます。また、ウコンの原産地は熱帯アジア、インドですが、主産地は熱帯及び亜熱帯アジア諸国、台湾、ハイチ、ジャマイカ、ペルーです。日本で自生しているのは、沖縄、石垣島、奄美大島等南端の地に限られ、沖縄では、琉球王朝の頃から『うっちゃん』の名で親しまれていたそうです。

《ウコンの色素》

ウコン色素のクルクミンはβ-ジケトン類に属する黄色色素です。これはターメリック色素とも呼称され、食品添加物としてカレー粉、たくあん、ピクルス、マーガリン、バター、チーズ、リキュール酒に、また高価なサフランの代用としてピヤベース、パエリア等のフランス料理やスペイン料理の着色料として用いられています。カレーが黄色いのは成分の20～40%がターメリック（ウコン）だからです。

《ウコンの種類》

原産地インドでは30種類くらいのウコンが存在しますが、日本で知られているのは、春ウコン、秋ウコン、紫ウコンの3種類です。

	日本名	中国名	特	徴
春ウコン	姜黄	鬱金	苦味が多少あり、主に薬用（民間薬、健康食品など）	クルクミン含有量は秋ウコンに比べ少ない。
秋ウコン	鬱金	姜黄	苦味が少なく、主に食用（スパイスのターメリック）	クルクミン含有量が多い。
紫ウコン	我朮	我朮	最も苦味が強く、薬用専門	クルクミンは含まない。

《ウコンは世界でこう使われている・・・》

インドネシアでは、新郎・新婦が自分達の腕をウコンで黄色に染め、日本の赤飯の代わりにウコンで色付けした黄飯を食べるという伝統が残っています。また、インドでは、女性の無駄毛を抑える目的で外用薬として塗布しているという報告もあります。多くのアジア諸国では芳香性健胃薬や駆風剤（腸内ガス除去）、利胆薬として肝炎、胆石症、カタル性黄疸に用いられ、また潰瘍の治療薬や皮膚の腫れ物・炎症を抑える軟膏として用いられているとのこと。



執筆薬剤師 大城 梨絵子

96-4



おくすりQ&A

Q. 水以外の飲み物で服用するといけない薬を具体的に教えて下さい

A. コーヒーやお茶といったカフェイン含有飲料やジュース、牛乳や乳製品で薬を服用する場合について考えてみたいと思います。

[コーヒー、お茶]

気管支拡張剤であるテオフィリン（商品名：テオドール、テオロング他）はカフェインと共通の骨格を持っており、同時に服用するとそれぞれの中枢神経興奮作用が増強され、頭痛などが起きる可能性があります。ただし、カフェインの中枢作用には個人差がある上、日常的に摂取しているとその作用に慣れが生じている事がほとんどです。

コーヒーやお茶などを飲みなれていないお子様などではこれらの飲料によって頭痛などが起きる可能性があることを知っておくと良いでしょう。

[ジュース]

アンピシリン（商品名：ピクリシン他）、エリスロマイシン（商品名：エリスロシン他）など、酸に弱い一部の抗生物質は、酸性のジュース（オレンジジュース等）で服用すると、酸による胃の刺激で胃酸の分泌が高まるため、主薬が分解してしまい効果が低下します。ニセリトロール（商品名：ペリシット）も同様の条件で分解が進み、副作用の発現が高まる可能性があります。



[牛乳、乳製品]

牛乳や乳製品に含まれるカルシウムはテトラサイクリン系抗生物質やニューキノロン系抗菌剤とキレートを作り、吸収を阻害します。ただしその影響はキレートの作られ方によって差があります。テトラサイクリン系ではデメクロサイクリン（商品名：レダマイシン）や塩酸テトラサイクリン（商品名：アクロマイシン他）、ニューキノロン系ではノルフロキサシン（商品名：バクシダール他）やシプロフロキサシン（商品名：シプロキサシン他）が特に影響を受けやすいと言われています。

セフェム系抗生物質のセフジニル（商品名：セフゾン）は粉ミルク等に含まれる鉄成分により便が赤くなることがあります。これは同剤と鉄が赤色錯体を作るため、薬の吸収が1/10まで低下します。また、角化症治療剤のエトレチナート（商品名：チガソン）は脂溶性のため牛乳に含まれる脂肪分により吸収が促進され副作用の発現が高まる可能性があります。

さらに、腸溶性の薬剤では牛乳を飲むことにより胃の中がアルカリ性に傾き、せっかく腸で溶けるよう工夫されている薬剤が胃で溶解し、効果が減弱したり胃を刺激する恐れがあるため注意が必要です。

以上のことから薬を服用する場合は水または白湯で服用するようにしましょう。

執筆薬剤師 晋川 富士子