

おくすりQ&A

グレープフルーツジュースが薬に与える影響とは

Q. グレープフルーツジュースは薬にどんな影響を与えますか？

A. 内服薬の中には、消化管や肝臓に存在するCYP3A4という薬物代謝酵素により、一部代謝を受け血液中に移行して全身に作用するものがあります。CYP3A4の多くは肝臓に存在しますが、グレープフルーツジュースに含まれる「フラノクマリン類」という成分は、消化管に存在するCYP3A4の働きを阻害します。それによりグレープフルーツジュースを飲むと代謝を受けない分、血液中に移行する薬物濃度が上がり、薬の作用が強くなる場合があります。フラノクマリン類によって阻害されたCYP3A4は、回復に約3～4日かかると言われています。そのためグレープフルーツジュースは同じ期間、薬に影響を与えると考えられています。

Q. グレープフルーツジュースと相性が悪いのはどんな薬ですか？

A. 一般的に知られているものに、「降圧薬のカルシウム拮抗薬」があります。他には以下の表に示したものになります（商品名は一部掲載）。

	成分名	商品名
カルシウム拮抗薬（降圧薬）	ニフェジピン、シルニジピン アムロジピン	アダラート®、セバミット®、アテレック® ノルバスク®、アムロジン®
高脂血症治療薬	アトルバスタチン、シンバスタチン	リビトール®、リポバス®
睡眠薬	トリアゾラム	ハルシオン®
免疫抑制薬	シクロスポリン、タクロリムス	ネオール®、サンディミュン®、プログラフ®、グラセプター®
抗血小板薬	シロスタゾール	プレタール®
抗不整脈薬	ベラパミル	ワソラン®

Q. グレープフルーツ以外の柑橘類も影響がありますか？ ジュースでなければいいの？

A. グレープフルーツ以外の柑橘類では、スウィーティーやザボン（ブンタン）、バンペイユ、ダイダイなどにもフラノクマリン類が含まれています。一方で、温州みかんやバレンシアオレンジ、レモン、カボスなどはフラノクマリン類を含まず、CYP3A4を阻害する作用がほとんどないことが分かっています。また果汁（ジュース）だけでなく、果皮や果肉にも含まれています。そのため、マーマレードなども影響があります。

「柑橘系の果物が好きだけど、一切食べてはいけないの？」と患者さんからよく質問を受けますが、食べてよい果物もあります。柑橘類は種類が沢山あるので、薬に影響がないものを薬剤師に確認し、美味しく食べましょう。



執筆薬剤師 稲本 莉子

わたしの健康とくすり

第247号



撮影/田中 晴美

今月の内容

- ・食物アレルギーについて～最終回～特殊型食物アレルギーとは
- ・褥瘡（じょくそう）にご注意！ 褥瘡の症状と予防法について
- ・グレープフルーツジュースが薬に与える影響とは

2016年8月発行

発行者 八王子薬剤センター 茂木 徹
東京都八王子市館町 1097 電話 042-666-0931

協力 八王子薬剤師会

食物アレルギーについて

～最終回～

特殊型食物アレルギーとは

■口腔アレルギー症候群

即時型食物アレルギーの特殊型です。特定の食物摂取時に口腔・咽頭粘膜がかゆくなったり、腫れたり、赤くなったりする過敏症状をきたします。原因食物そのものに針を刺し、その針で皮膚にわずかに傷をつけ反応をみる皮膚テストで陽性を示す場合、または抗原特異的IgE抗体が証明され、上記の症状がある場合に口腔アレルギー症候群と診断されます。

原因としてはバラ科（リンゴ・モモ・サクランボ・イチゴ・ナシなど）が最多で全体の1/3程度を占め、他にウリ科（メロン・スイカなど）、マタタビ科（キウイなど）、マメ科（大豆など）、ナス科（トマトなど）、バショウ科（バナナなど）の報告が多いようです。

まれにアナフィラキシーを起こすこともあり原因食物を摂取しないことが原則ですが、多くの原因食物は加熱することによって食べることが可能になります。



■食物依存性運動誘発アレルギー

即時型食物アレルギーの特殊型です。食物の摂取や運動のみでは症状が出ない人が、特定の食物摂取と運動などの二次的要因の組み合わせでアレルギー症状をきたすもので、重篤な場合はアナフィラキシーを起こします。食物依存性運動誘発アレルギーの診断は難しく、食事をして運動する負荷試験で診断されますが再現性が低いのが特徴です。

原因として最も多いのは小麦で全体の半分以上を占め、次いでエビ・カニなどの甲殻類や果物が続きます。原因食物の摂取後4時間程度は運動を控えることが原則です。一部の解熱鎮痛剤（非ステロイド系抗炎症薬）やアルコールの摂取は症状を誘発しやすくさせるため原因食物との併用は避けましょう。



■治療

アレルギー症状が出現した時は症状に応じて抗アレルギー薬や気管支拡張剤、アナフィラキシー治療用の自己注射薬などの薬剤が必要になることもありますので医療機関に相談しましょう。



■花粉症から口腔アレルギー症候群になる？

花粉と果物などは共通の蛋白成分を含んでいることがあります。例えばカバノキ科（ハンノキ・シラカンバ）の花粉とバラ科・マメ科などの蛋白は一部が同じです。そのためカバノキ科の花粉症になると口腔アレルギー症候群を引き起こすことがあり注意が必要です。

今回で食物アレルギーについての解説は最後となりますが、アレルギーは全般的に体調の悪い時（発熱時・嘔吐時・疲労時など）や運動時に症状が出やすいので念頭に置いて生活しましょう。不明な点は医療機関にご相談ください。

東京医科大学八王子医療センター 小児科 牛尾 方信

ちょっとお耳を……

しよくそう 褥瘡にご注意！ 褥瘡の症状と予防法について

身近な人が病気などで寝たきりになったり、車椅子で1日を過ごすようになったらどうしますか？ 身の回りの世話など心配なことはたくさんありますが、気をつけたいことの1つに褥瘡しよくそうがあります。今回は、褥瘡の症状や予防法についてお話しします。

●褥瘡とは？

褥瘡とは、体重で圧迫されている皮膚が赤くなったり、ただれたり、傷ができてしまうことです。一般的には「床ずれ」と呼ばれています。

●褥瘡の原因と見分け方

褥瘡の原因は、寝たきりなど自分で身体の姿勢を変えることができず、体重で長い間圧迫された皮膚に十分な酸素や栄養が行き渡らなくなることです。酷いときには、皮膚の表面だけでなく、皮膚の中にある骨に近い組織が傷つくこともあります。特に肩、骨盤、肘などの骨が出っ張っている場所は褥瘡ができやすいです。ただし身体の姿勢によっても褥瘡のできやすい部位は変わります。

- ・仰向け…後頭部、背中、おしり、かかとなど
- ・横向き…耳、肩、肘、腰のまわり、くるぶしなど
- ・座っている場合…背中、おしりなど

皮膚が赤くなっている場合、人差し指で赤くなっている部位を軽く3秒ほど押し、押ししても赤みが消えないのであれば、初期の褥瘡である可能性があります。判断に困るときは医師に相談しましょう。

●褥瘡の予防

長時間の圧迫を避けるため、定期的に姿勢を変えること（基本的には2時間以内ごと）が大切です。褥瘡を予防するためのマットレスもあり、何を使用した方が良いかわからないときは医師に相談しましょう。また、皮膚を清潔に保ち乾燥を防ぐことも大切です。皮膚の洗浄については、皮膚をゴシゴシ擦らないように優しく丁寧に洗うことが大切です。石鹸を使う場合には、よく泡立てて、十分に洗い流しましょう。特に肛門に尿や便が付着している場合、皮膚を保護するため尿や便を綺麗に洗い肛門から周囲皮膚へ軟膏などを塗ることがすすめられています。背中やかかとなど、他の皮膚も乾燥しないように保湿クリームなどを使うことも大切です。

痛みを訴えた場合、褥瘡ができていいる可能性があるため皮膚をよく観察しましょう。いつもと皮膚の状態が違うことに気づいたときは、早めに医師に相談しましょう。

参考URL 日本褥瘡学会 <http://www.jspu.org/>

執筆薬剤師 棚橋 香月