

『グレープフルーツと薬の相互作用』

天塩町の皆様、初めまして。  
今年7月より天塩町立国民健康保険病院の薬剤部にて勤務させていただきます。病院の薬剤師として、町民の皆さまのお役に立てるように、精一杯頑張りますのでよろしくお願いたします。

有名なお話

早速ですが、今回はグレープフルーツと薬の相性についてお話をさせていただきます。このお話をすると、真っ先に上がるのは、「血圧の薬とグレープフルーツ」のお話です。皆様もご存じの有名な話題ではないでしょうか？

高血圧治療薬の中で「カルシウム拮抗薬」という種類の薬は、グレープフルーツやグレープフルーツジュースなどを同時に服用すると、血圧を下げる効果が強く出てしまう方がいます。これは、グレープフルーツに含まれるフラノクマリン類という成分が、小腸に存在する酵素「チトクロームP450」の働きを抑えることで、結果的に血液中の薬の濃度が上がる」と考えられているためです。

過剰に伝わった？

しかしながらこの情報が伝わり始めた頃、医療業界では「インフォームドコンセント」の考え方が急速に広まり、副作用の部分だけが過大に伝わったのではないかと感じているのは、私だけではないと思います。

インターネットで検索しても、様々な文献はヒットしますが、臨床の場で患者さんとお話をしていると、ほとんどの方がグレープフルーツを食べるも薬の効果があまり感じられず、「グレープフルーツを摂取しても、相互作用が出る方は、ほとんどいないのではないかと感じる」とささえ多々あるのが現状です。

あまり影響が出ていない理由としては、遺伝的にかなり個人差が大きいこと、グレープフルーツを摂取する頻度も、量も、人それぞれであること、さらにグレープフルーツという果物は、産地や果肉の色、その年の気候によって、フラノクマリン類の含有量が異なることなどが考えられます。その一方で、影響が出やすい体質の方は、グレープフルーツを食べると必ず影響があり、食べてから数日間はこの作用が続くと言われていきます。個人の経験では、3日前にグレープフルーツを食べたと言う患者さんで薬の効果が強く出ていた方が過去に一人だけいらっしゃいました。

グレープフルーツだけではない？

これまでグレープフルーツだけを話題に上げてきましたが、厳密には柑橘類のグレープフルーツだけでなく、グレープフルーツの仲間には全て相互作用を持っています。

余談ですが、グレープフルーツだけが特別視された理由の一つとしては、フラノクマリン類の含有量が最も多い柑橘類であることです。  
フラノクマリン類の含有量の多さを基準に3段階で表すと次のとおりです。

含有量多め

グレープフルーツ、スウィーテイル、メロゴールド、ダイユ、レッドボールド、パイナップル、ハッサー、サイラム、夏ミカン、パルカン、サンボウカン

含有量少ない

レモン（果汁のみ）、日向夏（果汁のみ）、スイートオレンジ（果汁のみ）、ネーブルオレンジ、カボス、スタチ、キンカン

含有量なし

温州ミカン、デコポン、影響のある薬剤

血圧の薬だけではない？

グレープフルーツと相互作用がある薬剤として、代表的な血圧の薬でお話を進めてきましたが、実は血圧の薬だけではありません。

- ・高血圧治療薬  
カルブロック錠、アテレック錠、アダラート錠など
- ・狭心症治療薬の薬  
ワソラン錠、ヘルベッサなど
- ・高脂血症の治療薬  
リビトール錠、リポバス錠など

- ・免疫抑制剤  
ネオオラルなど
  - ・睡眠薬  
ハルシオン錠など
  - ・抗てんかん薬  
テグレトール錠など
- ※これらは代表例で、他にも相互作用のある薬剤はあります。

あまり神経質に考えずに…

今回のグレープフルーツの相互作用は絶対に現れる症状ではありません。これからの季節は柑橘類がおいしい季節になります。そのおいしさを過剰に拒否してしまうほうが、体に良くない気もいたします。あまり神経質に考えず、気になることがありましたら、ご相談ください。

的確な情報提供を

グレープフルーツの話題を取り上げただけでも、個人差や、果実の育った環境などかなりばらつきのある情報であることは否めません。患者さまが安心できるように、入り乱れた情報を精査し患者さま一人一人に合った情報提供を行うのも薬剤師の使命です。

グレープフルーツと薬のお話だけでなく、薬剤に関する心配事、疑問などありましたら、天塩町立国民健康保険病院 薬剤部までお気軽にお問い合わせください。

（文責：薬剤師 寺門義典）

