

# 薬って、いつ飲むの？

薬剤科

世の中には何千種類もの経口薬がありますが、その多くは、食後服用（食事の後30分以内）となっています。それは、“食事”という人間の生活の、共通の行動パターンに合わせて服用するようにすることが、飲み忘れを防ぐ最も良い方法だと考えられているからです。

では、「食後服用」以外の指示の薬は、どのような理由でそうなっているのでしょうか？ また、「食後服用」が望ましい薬は、どれでしょうか？

## 1) 「食前(食事の前20~30分)」「食間(食後2時間)」投与が望ましい薬には？

このような飲み方をするお薬には、次のような理由があげられます。

- ① 効果を上げるため
- ② 副作用防止のため
- ③ 薬効発現時間を考慮しているため

これらの具体例について、簡単に説明してみましょう。

### ① 効果を上げるため

#### ◎抗潰瘍剤

潰瘍の治療に用いられる薬の中でも、これらは、胃の粘膜を修復することを目的とした薬で、“食前”または、“食間”服用が効果的とされています。それは、直接、胃や十二指腸の粘膜に働いて保護するわけですから、おなかの中がからっぽの方がお薬がたどりつきやすいというわけです。

### ② 副作用防止のため

#### ◎漢方薬

漢方薬は薬草のエキスからできており、独特の苦味やにおいをもっているために、食べ物と一緒におなかの中に入れると悪心を引き起こすことがあります。そのため、食前、食間の服用が望ましいとされています。また、空腹時の服用は、胃腸からの吸収が良いため、一般の薬より作用が穏やかな漢方薬に適していると考えられます。

### ③ 薬効発現時間を考慮しているため

#### ◎食欲亢進剤

この薬は、胃の粘膜を刺激して胃液の分泌を盛んにし、胃の運動を活発にして食欲を起こさせることを目的としています。したがって、おなかからっぽのうちに服用させて食欲を起こさせるので“食前”がよいということになります。

#### ◎制吐剤

この薬は、吐き気を抑える作用をもち、また、胃の中に食物が長時間残らないようにすることで、お腹の不快感を取り除こうとするものです。したがって、食物が胃の中に入ってきた時作用が発現するように、“食前”に服用することが望ましいということになります。

#### ◎食後血糖上昇抑制剤

このお薬は、腸管において炭水化物（ご飯など）の吸収を遅らせることで、食後、急に血液中の糖の量が増えるのを抑えます。薬が効き始める時間と食べ物が消化される時間を合わせるため“食直前”に服用することが望ましいということになります。

## 2) 「食後」服用が望ましくすりは？

理由としては、“食前”および“食間”服用と同じ理由が考えられます。

### ① 効果を上げるため

#### ◎抗真菌剤（グリセオフルビン）

このお薬は、胃に食べ物がある方が吸収がよくなるため、“食後”服用が望ましいとされています。

### ② 副作用防止のため

#### ◎解熱鎮痛剤

これらの薬による胃腸障害は、長期間服用すればするほど重大な問題となり、胃出血を招くような状況もみられます。したがって、食事により胃の粘膜を一時的に保護する必要があるわけです。だからといって空腹時の服用が絶対にいけないわけではありません。特に胃腸障害がなく、症状のある時（頓服）に服用する場合には、空腹時でもかまわないと考えられます。

以上のように、薬によりそれぞれ服用時間が決められているわけですが、その際、持続的な効果を確実に得るためにも、2回量を一度に服用したり、服用時間を空けすぎることのないよう、用量や用法の指示を守るよう心がけましょう。

### <参考文献>

「臨床に生かしたいくすりの話」 中原保裕 著、薬業事報（1995）

「くすりと病気のQ&A」 柿田 章 監修・島田慈彦 編集、じほう（2000）