

# 薬は何で飲む??

薬剤科

「薬を飲むとき、何で飲みますか？」  
水ですか?、それとも、お茶ですか?・・・

ここでは、薬を飲むときの注意とその理由について簡単に紹介します。

“この薬はグレープフルーツジュースと一緒に飲まないで下さい。”

このような説明がされる場合があります。これは、グレープフルーツの苦みの成分であるフラボノイド化合物が薬の代謝に影響を与え、薬の作用が強くなりすぎるからです。また、グレープフルーツジュースにはこの成分が含まれるため、特に注意が必要となります。

“この薬は牛乳と一緒に飲まないで下さい。”

この説明がされる代表的なものには、テトラサイクリン系の抗生物質が挙げられます。実は、牛乳の成分中のカルシウムイオンとキレート(結合物)を作り薬の吸収が抑えられるためです。同様に、スポーツ飲料のように体液に近い浸透圧に調整したアイソトニック飲料など電解質イオン(ナトリウム、カリウム、カルシウムなど)の入っているものと一緒に飲むと薬の吸収が抑えられます。

“お酒は控えて下さい。またお酒と一緒に飲まないで下さい。”

このような説明はあえてしないことが多いのです。それは、通常“お酒を飲まない”という前提で薬が出されるからです。お酒は薬の代謝に影響を与え、効き目を弱めたり、強めたりします。従って薬を飲んでいる間は、控えた方がいいと言えます。

やはり、飲み薬は“水”で飲むのが一番。

薬は水に溶けるようにできています。粉薬や水薬は、味が強く不快に感じる人が多いですが、最近はその味もかなり改善され飲みやすくなっています。また、錠剤やカプセルの殆どは味を感じさせないものです。飲み難さを紛らわすためにお茶やジュースで飲むことがあると思いますが、自分の薬がどういう薬かで対処が変わってきます。

また、飲み薬の多くは、水を多く飲むことにより、胃や腸管に接触する薬の表面積が大きくなるために吸収が促進されます。従って、薬は少なくとも適当量(コップ半分から1杯くらい)の水で服用する必要があります。

薬とは・・・

薬を人に例えるとそれぞれに顔(錠剤・カプセル・軟膏・・・)があり性格(作用)があります。性格に合わせた飲み方をしないと薬がわがまま(効かないとか効きすぎる)を言います。そして、薬同士の相性が悪いと喧嘩(相互作用・配合変化)をします。薬と上手く付き合っていくためには、薬の性格を知ってそれにあった飲み方や使い方をするのが一番なのです。また、のみ忘れたとき次に先回りの分も一緒に飲んだりすると思わぬ作用が出たりします。効かないからといって勝手に飲む量を増やしたりすることは止めましょう。