

## 健康食品と医薬品の相互作用について

健康食品(サプリメント)は、薬事法によって規制されていないため、製品によっては記載の量と内容量が違うこともあります。また、「健康食品」なので、つい、食品と考えてしまいがちですが、医薬品と相互作用のあるものも多数あります。今回は、**相互作用の一例をまとめてみました。**(健康食品の目的については割愛)

健康食品(成分)	主な医薬品	作用の仕組み・備考
クロレラ食品 納豆	ワーファリン	クロレラはビタミンKを含むため、ワルファリン(ワーファリン錠)の作用が減弱することがある。
ナットウキナーゼ・ パパイヤ	ワーファリン	血栓溶解作用(パパイヤは抗凝固作用)をもつため併用により出血傾向が強くなる可能性がある
青汁(ケール)	ワーファリン	青汁はビタミンKを含むため、ワルファリンの作用が減弱することがある。
セント・ジョーンズ・ ワート含有食品	アミオダロン、アレ ビアチン、ジゴキシ ン他、多数	医薬品の代謝が促進され血中濃度が低下するおそれがあるが、セント・ジョーンズ・ワートを急に中止すると、分解促進作用がなくなることで医薬品の血液中濃度が高くなりすぎ、副作用があらわれる可能性がある。
鉄含有食品・カルシ ウム・マグネシウム	レボフロキサシン、 ミノマイシンなど	金属イオンとキレートを形成し、吸収が阻害され、抗菌剤の効果が減弱するおそれがある。
鉄含有食品・カルシ ウム・マグネシウム	アレンドロン酸など ビスホスホネート系	結合してキレート化合物を作り腸管よりの吸収を阻害する。ビスホスホネート系製剤の服用後少なくとも30分経ってから服用する。
ビタミンA	ミノマイシン	激しい頭痛が起こる可能性がある。(頭蓋内圧亢進)
ラクトリペプチド (アミールS)	スピロラクトン ACE阻害薬	併用によりカリウム貯留作用が増強され血清カリウム値が上昇するおそれがある。ACE阻害薬との相互作用では、血圧低下の可能性もある。
グレープフルーツジ ュース	Ca拮抗剤など多数	代謝酵素を阻害し、薬効を増強させる。その結果、Ca拮抗剤(アムロジピン、ベニジピン、ニフェジピン、ワソラン等)で、血圧低下。
グアバ茶ポリフェ ノール(番爽麗茶)	ボグリボースなどの $\alpha$ -GI阻害薬	薬の作用が増強され低血糖を生じる可能性がある。
ビタミンB6	ネトパストン、マトパー	レボドパの代謝を進め作用を減弱させる。

上記は、健康食品と医薬品の相互作用の一部です。薬剤師は、必ず「サプリメント摂取」の確認を行なっていますが、患者がつい、面倒だと思って言わない場合もあります。気付いた点があれば、薬剤科に連絡を頂けると助かります。

### ・納豆 ⇒ ワーファリンの作用減弱 ・ナットウキナーゼ ⇒ ワーファリンの作用増強

名前が似ているので、つい、間違えやすいので知っておく必要があります。



クロレラ食品



青汁



番爽麗茶



アミールS



ナットウキナーゼ



納豆

より安全な医療をみんなで行っていきましょう!!