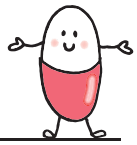
シリーズ お薬のお話 VOL 3

グレープフルーツジュースでお薬を飲んではいけない？

薬剤科 池田香奈江

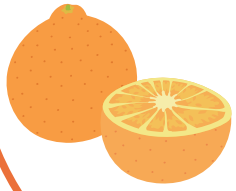




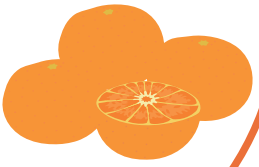
グレープフルーツジュースに含まれるフラノクマリン類という成分は、一部の薬（血圧の薬など）の代謝を阻害し、薬の作用を必要以上に強くしたり、副作用を発現させる可能性があります。フラノクマリン類は果汁より果皮に多く含まれますが、果汁にもある程度含まれるため、グレープフルーツジュースだけでなく果汁の摂取も控える必要があります。また、薬と一緒に摂取していなくてもしばらくフラノクマリン類の効果が残るため、薬を飲んでいる期間は摂取を控えましょう。

いっぱい食べてもOK 摂取して良い柑橘類

（フラノクマリン類を含まない）



デコポン



温州みかん

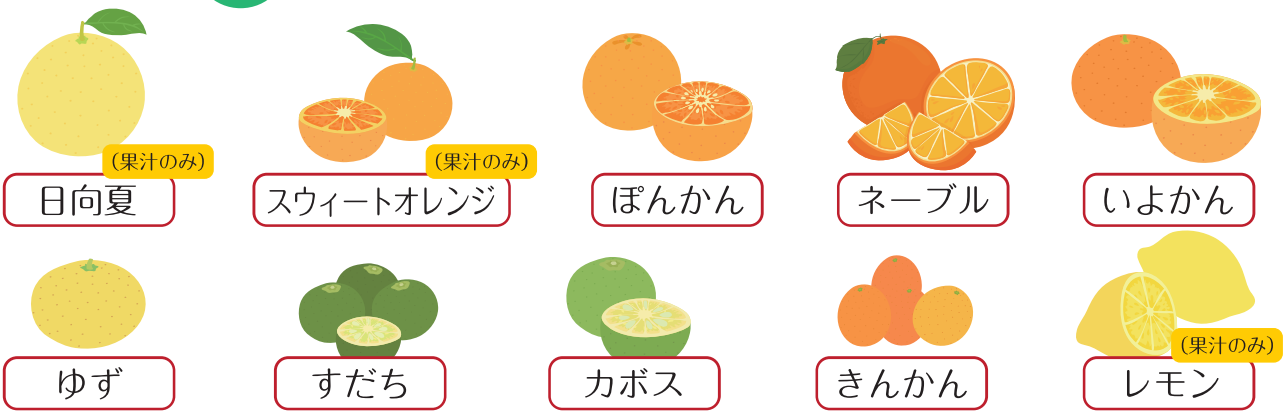
また、グレープフルーツ以外にもフラノクマリン類を含む柑橘類があります。薬局でグレープフルーツジュースを摂取しないよう説明されたら、これらの柑橘類の摂取にも注意しましょう。

NG 摂取を控える柑橘類



グレープフルーツ　はっさく　ライム　ぶんたん　夏みかん

OK 少量であれば摂取して良い柑橘類



日向夏（果汁のみ）　スウィートオレンジ（果汁のみ）　ぽんかん　ネーブル　いよかん

ゆず　すだち　カボス　きんかん　レモン（果汁のみ）