

薬と食べ物の危険な7つの飲み合わせ

1, アボカド × 抗うつ薬

2, グレープフルーツ × 抗生物質

3, 納豆 × 抗血栓薬

4, 牛乳 × 骨粗鬆症の治療薬

5, お酒 × 頭痛薬・睡眠薬

6, コーヒー・紅茶 × 胃腸薬・痛風治療薬

7, コーラ(炭酸飲料) × 鎮痛剤

1, アボカド × 抗うつ薬

アボカドなどに含まれるチラミンは、ある種の抗うつ薬(MAO阻害薬)を服用中に多量に食べると、頭痛や血圧があがる場合があります。

2, グレープフルーツ × 抗生物質

消化管の中にチトクロームP450と言う代謝酵素のグループがありまして、この一部の活動を邪魔する成分がグレープフルーツの中に入っています。

3, 納豆 × 抗血栓薬

納豆菌の作るビタミンKがワルファリンの効果を弱めるため、効果が出ず、血栓ができやすくなる。納豆を食べてしばらくは腸内で納豆菌が生きているため、服用中は控えること。

4, 牛乳 × 骨粗鬆症の治療薬

牛乳は、抗生剤や骨粗鬆症の治療薬を服用している人には要注意。同時に飲むと牛乳に含まれるカルシウムと薬が結合し、薬の効果を弱めることがあります。

5, お酒 × 頭痛薬・睡眠薬

アルコールは、胃を荒らしやすいので、ロキソニンによる胃障害がさらに強く出ると、肝臓への影響も大きくなるので、できれば避けて頂いた方が、無難です。ハルシオンなどの睡眠薬とアルコールが体内で混ざると、薬効が強くなり、記憶障害などの副作用を起こす可能性があります

6, コーヒー・紅茶 × 胃腸薬・痛風治療薬

胃腸薬(H2ブロッカー)とカフェイン入り飲料を一緒に飲むと体内からカフェインの排泄が遅れ、「心臓がドキドキ」したり「気持ちがいらいら」したり、場合によっては「全身に痙攣」が起こることがあります。また、コーヒーや紅茶、緑茶に多く含まれるカフェインは、尿酸の排泄を妨害する働きがあるので、痛風治療薬の働きを妨害する可能性があります。

7, コーラ(炭酸飲料) × 鎮痛剤

市販薬の観点から見ると、飲み合わせがまずいものは、コーラ、ビールです。これらと一緒に飲むことで、消化管内(胃や十二指腸等)のpHが変動し、アスピリンの吸収速度が遅くなります。