



こう あつ やく

かん きつ るい

# 降圧薬と柑橘類



血圧のお薬を飲んでいますが、  
グレープフルーツと飲み合わせが良くない  
と聞きました。本当でしょうか？  
みかんも食べてはいけないのでしょうか？

カルシウム拮抗薬と呼ばれる血圧のお薬は、  
グレープフルーツなどの柑橘類と飲み合わせが悪く  
お薬の効き目が強くなってしまふことがあります。  
ただ、影響を与えるのは一部の柑橘類です。  
温州みかんはこのお薬への影響が少ないと言われていふす。  
安心して食べてくださいね。



カルシウム拮抗薬ってどんな薬？なんで効き目が強くなるの？  
他の柑橘類との飲み合わせは？気になる方は



裏面へ

## カルシウム拮抗薬(アムロジピンなど)ってどんなお薬？

血管を広げることで血圧を下げる効果を持ったお薬です。

血圧が上がる原因の一つに血管の収縮があります。

血管収縮にはカルシウムイオンが関わっており、カルシウム拮抗薬の作用により血管収縮を抑えることで血圧が下がる仕組みです。

## なぜグレープフルーツとカルシウム拮抗薬の飲み合わせで効き目が強く出るの？ 影響はどれくらい続くの？

グレープフルーツの成分※がカルシウム拮抗薬を分解する酵素のはたらきを弱めます。そのためにカルシウム拮抗薬の効果が強く出て、血圧が下がりすぎてしまうことがあります。

グレープフルーツの影響は体の中で長く続くため、カルシウム拮抗薬を飲んでいる期間中はグレープフルーツの摂取を控えた方が良くとされています。

※フラノクマリンという成分で果肉より果皮に多く含まれる

## グレープフルーツだけじゃない！？

### カルシウム拮抗薬との飲み合わせに注意が必要な柑橘類

摂取を控えるべき柑橘類※



摂取してもよい柑橘類



※フラノクマリン類の含有量が多い柑橘類

参考文献・公益社団法人日本薬学会ホームページ・MediPress ホームページ

\*Saita T et al. Screening of furanocoumarin derivatives in foods and crude drugs by enzyme-linked immunosorbent assay. Jpn. J. Pharm. Health Care Sci. 2006; 32: 693-699.



## 雑学コーナー

みかんの皮を乾燥させた陳皮（チンピ）という生薬があり、咳や痰を鎮めるため風邪薬に用いられたり、胃酸の分泌を促進するために漢方の胃薬によく配合されています。

陳皮を煎じてショウガやハチミツを加えて陳皮茶にするのもオススメです。

おかやま薬局

検索



<http://www.okai-medical.com>

笑顔をあなたへ  
**おかやま薬局**