

たんぽぽ通信

Vol.35 2012年6月10日発行 たんぽぽ薬局 西新井五丁目店

注意が必要な健康食品・サプリメント

「併用薬は無い」と答えた方のなかには、「サプリメントや健康食品はどうですか」と尋ねるといくつか挙げられる方がおられます。関係なさそうな物が影響を与える事もあるので注意が必要です。

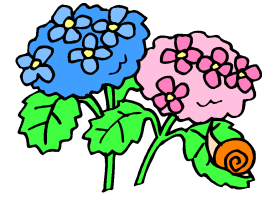


サプリメント・健康食品・食品	注意が必要な方	理由
ニンニク卵黄	コレステロールの薬を飲んでいる方	卵黄はコレステロールの塊なので治療に影響を与えることがある。
鉄分、ウコン	肝臓がすでに悪いと言われている方	鉄分は肝臓に負担をかける。ウコンはその鉄分を多く含む。
葉酸を含むビタミン剤、青汁	リウマチの方	リウマチの薬には葉酸で効果が減るものがある。
コーヒー、コーラなど	うつ病の薬を飲んでいる方	一部の薬がカフェインの作用を強くして眠れなくなる可能性がある。
マーマレードジャム	血圧やコレステロールの薬を飲んでいる方	グレープフルーツの皮を使用していると薬の効き目を強くする可能性がある。

インターネット等ではあまり知られていないものをピックアップしてみました。ドキッとした方もおられるのではないのでしょうか。



薬局からのお話 第 35 話 『水』の話



「薬を飲むときはお水か白湯で飲みましょう」と昔から言われています。ところが、時代も変化し、今では様々な『水』が売られています。『水』のなかには、薬を飲むのには適さない物も存在するようになってきました。



薬を飲むには適さない水

水の種類	理由・その他
酸性水 アルカリイオン水	薬はpH（酸性かアルカリ性か計る尺度）によって溶け方が異なる。
硬水（硬度 100 以上）の市販の天然水 海洋深層水	薬が溶けにくくなる。薬によってはミネラル分と結合し、効果が落ちる事がある。

薬の種類によっては、ほとんど薬効が無くなってしまふ場合がありますので注意が必要です。

Q「外出時だとお水で飲めないけどどうしたらいいかしら？」

このような質問を比較的多く耳にします。冷え過ぎていない、ぬるめの麦茶や烏龍茶であれば薬の服用に影響を与えません。水にも言える事ですが、飲み物が冷た過ぎると、薬は溶けづらいので注意しましょう。

たんぽぽ通信からのお知らせ

ご質問、ご意見などございましたらお近くのエムトゥエムの調剤薬局にご相談ください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

