

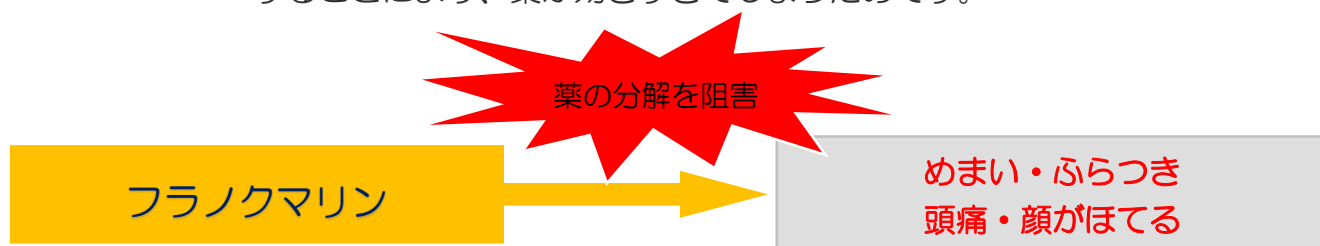
## カルシウム拮抗薬とグレープフルーツの飲み合わせについて

一部の「高血圧薬」「不眠症治療薬」「免疫抑制剤」「高脂血症治療薬」を服用されている方はグレープフルーツなどの柑橘類に注意が必要になります。



Q：グレープフルーツを食べるとどのような症状が出るのでしょうか？

A：めまい・ふらつきなどの副作用が現れることがあります。  
グレープフルーツに含まれる**フラノクマリン**という成分が薬の分解を阻害することにより、薬が効きすぎてしまうためです。



Q：グレープフルーツ以外にも注意すべき柑橘類はあるのでしょうか？

A：フラノクマリンはグレープフルーツ以外の柑橘類にも含まれていますので注意が必要です。

### 含む（飲み合わせ×）

グレープフルーツ ダイダイ  
はっさく ぶんたん ライム  
スウィーティー

### 少量含む（飲み合わせ△）

いよかん かぼす キンカン  
すだち 日向夏（果肉）  
オレンジ ゆず レモン(果皮)

### 含まない（飲み合わせ○）

温州みかん デコポン  
レモン（果肉、果汁）



フラノクマリンは、果肉・果汁よりも**果皮**に多く含まれていますので、マーマレードジャム（ダイダイの皮が原料）やグレープフルーツオイルといった加工食品についても避ける必要があります。フラノクマリンの影響はグレープフルーツジュース1杯程度の量でも摂取後十数時間持続しますので注意が必要です。

☆柑橘類をお召し上がりになる場合には、温州みかんなどフラノクマリンを含まないものか、オレンジなどの少量だけ含むものを選ぶように心がけてください。

ご不明な点がございましたら、医師・薬剤師にご相談ください。

米田内科

