

お薬とグレープフルーツの相互作用



グレープフルーツの影響を受けるお薬

降圧剤（Ca拮抗薬：アムロジピン、ニフェジピン、シルニジピンなど）
抗てんかん薬、免疫抑制剤、抗がん剤など



なんで影響があるの？

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物質によって、体の中で薬の濃度が上がってしまい、効果や副作用が強くなってしまいます。

時間をずらしたり、数日あけて飲んでも影響が出る恐れがあります。飲み合わせの悪い薬を服用している間は摂取を避けましょう。



グレープフルーツ以外の柑橘類

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。グレープフルーツの中でも、ピンク種やルビー種といった赤色の果肉のものよりも、**白色**のものの方がフラノクマリンを多く含んでいます。果肉より**果皮**に多く含まれているので、果皮を使用したマーマレードジャムなどに注意してください。

影響が大きい フラノクマリンを多く含む	影響が少ない フラノクマリンを含むが少量	影響なし フラノクマリンを含まない
グレープフルーツ、スウィーティー	ポンカン、いよかん、ゆず	温州みかん
メロゴールド、バンペイユ	すだち、かぼす、きんかん	デコポン
レッドポメロ、ダイダイ、ブンタン	ネーブルオレンジ	
ハッサク、サワーポメロ	スウィートオレンジ	
ライム、甘夏みかん、パール柑	日向夏	
三宝柑	レモン	



スウィートオレンジ、日向夏、レモンの果皮は影響が大きい