



ケアマネジャーのお仕事サポート

テーマ

薬を正しく服用するために

チラーヂンと食物・薬の影響について考えましょう。

チラーヂンは、

科学的に合成した甲状腺ホルモン製剤であり、体内で不足している甲状腺ホルモンを補います。甲状腺機能低下症の治療薬として使用されます。

甲状腺ホルモンは、

体の基礎代謝を高める働きをします。不足すると、体がだるくなったり、動作の緩慢、肌荒れ、声枯れ、冷え、むくみ、便秘、徐脈といったいろいろな症状がでてきます。甲状腺機能低下症です。

チラーヂンの副作用の中で

起こりやすいのは動悸や手の震えです。これはチラーヂンの服用によって補充した結果、甲状腺ホルモンの作用が強くなってしまふことによって起こります。

Q. チラーヂンは、いつ?どのように?飲めばよいのでしょうか?



チラーヂンは、**朝食30分以上前(起床時すぐ)**
水道水・白湯(さゆ)で飲むのがベスト。
飲み忘れたら**昼食30分前、夕食30分前、睡眠前**に飲む。



チラーヂン吸収障害をおこす食べ物



空腹ならチラーヂンは80%が小腸から吸収されますが食事と同時にでは70%に低下します。

特にチラーヂンの吸収を妨げる食物は

- ・ 豆乳・豆腐・納豆・大豆製品 (牛乳よりはるかに強力にチラーヂン吸収阻害)
- ・ エスプレッソ (非常に濃いコーヒー):チラーヂンの吸収率を20%低下させる。
- ・ 異常な量の食物繊維 (ドライフルーツの過剰摂取):チラーヂンの吸収率を55%低下させる。
- ・ 乳製品 (牛乳・チーズ・ヨーグルト) に含まれるカルシウム (Ca)



チラーヂンSの吸収障害おこす医療用胃薬



胃酸を抑える薬は、胃液の酸性度をアルカリ側に変えるため、チラーヂンの吸収が悪くなります。



ネキシウム® (エソメプラゾール) は特に強い胃酸分泌抑制に加え、吸収障害をおこすマグネシウムを含みます。



胃薬:(アルミニウム・マグネシウム・亜鉛を含む) (チラーヂンを吸着する) 酸化マグネシウム、亜鉛[ポラプレジンク(プロマック®)]。アルミニウム剤(アルサルミン®)

カルシウムやマグネシウム、アルミニウム、亜鉛
といったミネラルが含まれている市販薬は
チラーヂンの吸収を悪くしてしまう恐れがあります。

そのため、上記の服用方法に示したように同時に服用はすることは避け、服用間隔をあける必要があります。様々な市販薬に上記のようなミネラル成分が含まれており、気づかない場合もあるため注意しましょう。

市販薬

新キャベジンコーワS® (マグネシウム・カルシウムを含みます)
スクラルファート® (アルミニウムを含み:チラーヂンSの62%を吸収できなくします)



購入前に薬剤師と相談してください。

執筆者

木村隆次 きむらりゅうじ

薬剤師

介護支援専門員

介護支援専門員指導者一期生

医療・介護連携協働をライフワークに活動中。大学卒業後、製薬会社のMRとして勤務した後、青森市内で薬局を開局。薬剤師として居宅訪問をしていた際、福祉用具と住宅改修に興味をもち没頭。介護支援専門員指導者の一期生。2000年4月から13年間日本薬剤師会常務理事、2010年から2022年まで青森県薬剤師会会長を務めた。2005年11月から日本介護支援専門員協会会長(初代)として厚生労働大臣の諮問機関で介護報酬や介護保険制度を議論する分科会・部会の委員を歴任。現在は、青森県介護支援専門員協会会長として自立支援型ケアマネジメントの普及のため後進へ情報発信し育成に努めている。