

## ケアマネジャーのお仕事サポート

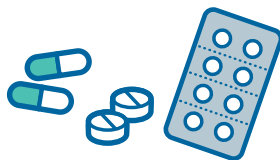
テーマ

### 薬剤を正しく服用するために

まず、質問ですが



お薬を水素水で飲んでよいのでしょうか？



答えは、**No**です。



**なぜ？** なのか一緒に考えてみましょう。

お薬を水素水で服用すると胃液の酸性度をアルカリ側に変えるため腸で溶ける目的で作られた薬(カプセル・錠剤)が胃で溶けてしまいそのお薬の効果が減弱されます。

数あるお薬の中で薬効成分が胃酸に弱いものは、胃で溶けずに腸で溶けるようにカプセル・錠剤を細工しているものがあります。



胃で溶ける



腸での効果が減弱



また、多くの便秘薬（市販薬含む）は、腸で溶けるように細工されております。

## 要注意の例 ① ランソプラゾール



胃酸の分泌を抑制するランソプラゾールは、酸に弱いので腸で溶けるようにカプセル・錠剤を細工しています。

**水素水、牛乳と一緒に服用するのは、ダメですね。**あと一緒に服用している薬剤の中に**酸化マグネシウム（便秘薬）**がないか確認してください。これも一緒に服用することはダメです。**アルミニウム・マグネシウム含有の胃薬も同様です。**



**対策：**先にランソプラゾールを水かぬるま湯で服用して、1時間以上あけて水素水、牛乳、酸化マグネシウムを服用してください。

## 要注意の例 ② 腸溶錠の便秘薬



ピサコジルを主成分とする便秘薬（腸溶錠）は、中性になると溶けるように作られています。食事のあとは、食べ物で胃酸が薄まって中性にかたよっているため飲んではいけません。**就寝前などの空腹時に服用してください。**牛乳と一緒に飲むと胃で溶けることがあります。

また、ヨーグルトなどの乳製品は、牛乳同様、便秘薬と一緒にするのはダメです。乳製品を食べるときは、効果が出ないこともありますので、**便秘薬の服用前後は1時間以上あけてください。**



このように飲み合わせのダメな飲み物、食物があります。

服用前に薬剤師に相談してください。

処方変更に関することは、薬剤師から処方されている医師に相談してもらいましょう。

つづく…



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。