

# テレビ診察室

令和元年 5月 5日(日) 放送分

～ 薬と暮らし ～

一般社団法人 青森県薬剤師会  
会長 木村 隆次

## 薬が暮らしに影響を与えていているかも



食 事



排 泄



運 動

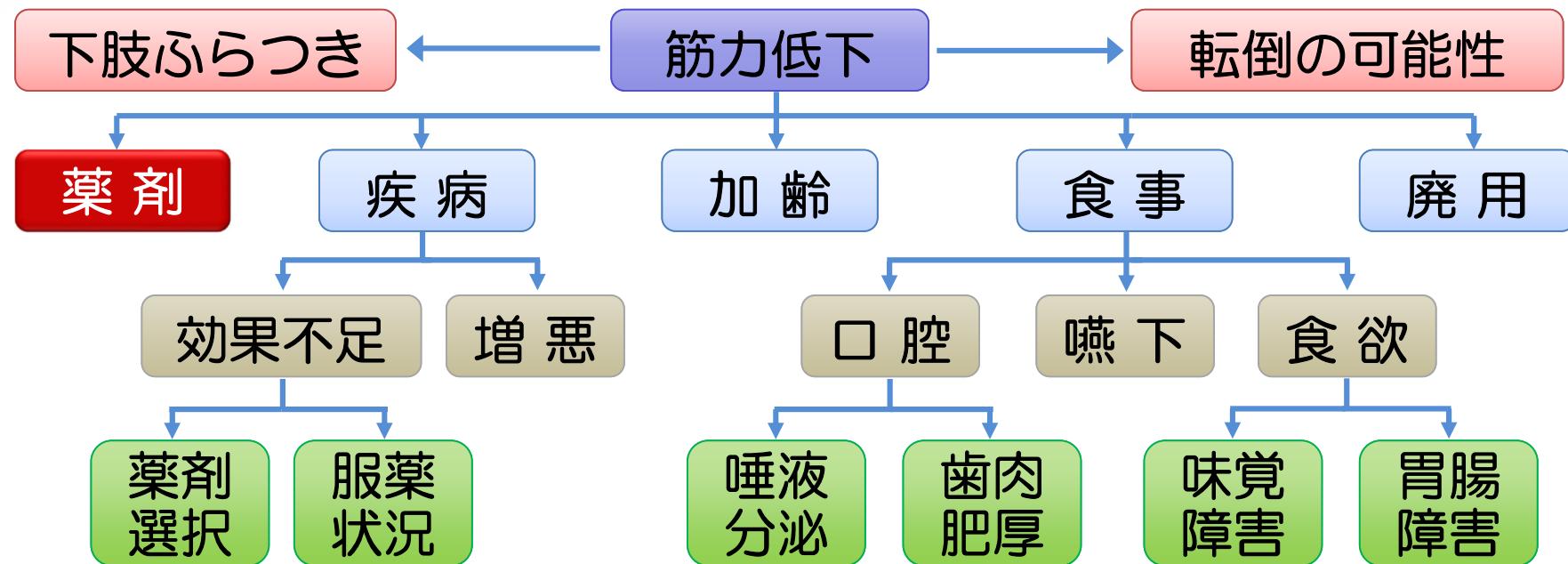


睡 眠

問題意識を持った、モニタリング

その人が問題と認識しなければ、  
その人にとって、問題は存在しない

# 薬が生活に与える影響の把握



リハビリ前後の  
影響チェック

佐々木孝雄作 改変

アムロジピン、ニフェジピンなどで歯肉肥厚



入れ歯が合わなくなる



ブラッシングで歯肉肥厚防止

おくすりを  
水素水で飲んでよいですか？

腸溶製剤（錠・カプセル）の薬は  
効果が減弱されます。



# チラージンSと食物・薬の影響

## チラーチンS吸収障害おこす食べ物

空腹ならチラーチンSは80%が小腸から吸収されますが、食事と同時では70%に低下します。

特にチラーチンS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チンS吸収阻害)
- エスプレッソ(非常に濃いコーヒー)  
: チラーチンSの吸収率を20%低下させる
- 異常な量の食物纖維(ドライフルーツの過剰摂取)  
: チラーチンS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)

## チラーチンS 吸収障害おこす胃薬

- 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、チラーチンSの吸収が悪くなります
- ネキシウム<sup>®</sup>（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）（チラーチンS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<sup>®</sup>)]
- アルミニウム剤(アルサルミン<sup>®</sup>)
- 市販薬：新キャベジンコーウS<sup>®</sup>（マグネシウム・カルシウムを含みます）
- スクラルファート<sup>®</sup>（アルミニウムを含み：チラーチンSの62%を吸収できなくします）

## 結局、チラーチンS錠は、いつ？ どのように？飲めばいいのでしょうか。

- チラーチンS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

# 便秘薬の管理

緩下剤（酸化マグネシウムなど）、

刺激性下剤（センナ、ダイオウなど）漢方薬、浣腸

# 利尿薬の管理

## 薬が暮らしに影響を与えているかも



食 事



排 泄



運 動



睡 眠

問題意識を持った、モニタリング

その人が問題と認識しなければ、  
その人にとって、問題は存在しない