

複数の薬物を摂取した際に、薬物の作用が変化し、思わぬ効果や副作用が現れることがあります。サプリメント、いわゆる健康食品が広く利用されるようになり、サプリメントと医薬品の飲み合わせ(相互作用)についても注意が必要な場合があります。そこで今回は、「セント・ジョーンズ・ワートを含有する製品と医薬品の相互作用」についてお話ししたいと思います。

●セント・ジョーンズ・ワートとは

セント・ジョーンズ・ワート（和名：セイヨウオトギリソウ）は主にヨーロッパから中央アジアにかけて分布している多年草で、開花期に収穫した地上部分を乾燥させたものが、抗うつ、不安、睡眠障害等の症状に効果が認められています。ドイツでは医薬品（抗うつ薬）として使用されています。日本ではエキス、オイル、およびそれらを加工したお茶や錠剤などで健康食品として販売されています。

●相互作用が起こる理由とは

薬は消化管から吸収されて体の中で効果を発揮した後に、肝臓で分解されて（代謝という）その効果を失い、主に尿中に排泄されて体内から消失します。

肝臓には薬を代謝するための酵素が何種類もあります。セント・ジョーンズ・ワートはこのうちの特定の酵素の量を増やしてしまう（薬を分解する作用を活発にする）ことが知られています。

そのため、この酵素によって代謝される薬とセント・ジョーンズ・ワートを一緒に飲むと、体の中での薬の分解が亢進されてしまい、薬の効果が十分に発揮されないことや、薬の効果時間が短くなる場合があります。

●セント・ジョーンズ・ワートを含む食品を摂取している方へ

- ◆これから病院にかかる際には、必ず医師に摂取していることを伝えましょう。
- ◆右の表のお薬を飲んでいる方は、急にセント・ジョーンズ・ワートの摂取を止めた場合、お薬の作用が強くなるのが考えられるので、医師の指示のもとにセント・ジョーンズ・ワートを徐々に減量していく必要があります。時には薬の量の調節が必要になるかもしれません。

●セント・ジョーンズ・ワートとの相互作用により効果が弱まる主な薬

薬効分類	成分名	商品名（代表名）
強心薬	ジゴキシン	ジゴシン
〃	メチルジゴキシン	ラニラピッド
抗不整脈薬	ジソピラミド	リスモダン
〃	塩酸プロパフェノン	プロノン
血液凝固防止薬	ワルファリンカリウム	ワーファリン
喘息治療薬	テオフィリン	テオドール
〃	アミノフィリン	ネオフィリン
抗てんかん薬	フェニトイン	アレビアチン
〃	カルバマゼピン	テグレトール
〃	フェノバルビタール	フェノバル
免疫抑制薬	シクロスポリン	ネオオラル、サンディミュン
〃	タクロリムス	プロGRAF
経口避妊薬	エチニルエストラジオール・ノルエチステロン	エリオット21 シンフェーズT28 ノリニーT28 オーソM21 オーソ777ー28
〃	エチニルエストラジオール・レボノルゲストレル	トリキュラー21, 28 リビアン28 トライディオール21, 28 アンジェ21, 28
抗ウイルス薬	メシル酸ネルフィナビル	ビラセプト
〃	リトナビル	ノービア
〃	エファビレンツ	ストックリン

●健康食品を選ぶときに注意すること

気分を落ち着かせたり、リラックスしたい方にすすめられるハーブ、お茶、食品には、セント・ジョーンズ・ワートを含んでいるものが多数あります。必ず、セント・ジョーンズ・ワートが含まれているかどうかを表示やラベルで確認するようにしましょう。

また、セント・ジョーンズ・ワート以外でも薬との相互作用が起こる可能性があるため、健康食品を服用されている方は受診時に医師に伝えるようにしましょう。