

薬と酒、飲み合わせ注意

吐く息の白さに本格的な冬の訪れを感じる頃となりました。皆さま、いかがお過ごしでしょうか？

忘年会にお正月、年末年始は何かとお酒をたしなむ機会が増えます。「酒は百薬の長」とも「百毒の長」とも言われ、その

言葉通り、お酒(アルコール)は飲み方次第で薬にも毒にもなるものです。

少量なら気持ちをしラックスさせる効果や血行促進の効果があり、ストレスや循環器の疾患の予防になったりします。しかしその反面、長期間に大量の飲酒を続けていると脂肪肝、アルコール性肝炎などの肝臓の病気になりやすくもなります。もちろん依存が起ることもあるので注意が必要です。

皆さまは、薬局でお薬をもらう際に「お酒は控えてください」と言われたことはありませんか？

薬とお酒は飲み合わせが悪く、お酒を飲んだ後に薬を飲むと、薬の吸収や分解の速さを変えてしまったりします。すると作用を増強したり、副作用を起こりやすくしたり



してしまいます。

もちろん個人差がありますが、例えばビール500ミリ分のアルコールを分解するには、男性では2時間強、女性では3

時間近くもかかり、年齢が高ければさらに時間がかかります。

特に痛み止めや風邪薬、睡眠剤などは効果の増強がみられ、ふらつきなどが出て転倒などにつながる危険です。この他にも糖尿病の薬や心臓病の薬など普段から定期的に飲むお薬がある方は必ず、かかりつけ医師や薬剤師に相談しておきましょう。

皆さまが健康で新しい年を迎える宴を憂いなく楽しめましますように。

(薬剤師 西 美香)

薬 局 よもやま

[97]

松阪地区薬剤師会