

最近では、飲食物と薬を一緒に飲むとどんな影響が出るのかという研究が進んでいます。

薬剤師から「腸で溶けて効く薬なので噛んで服用してはいけません」と言われる薬を腸溶錠と言います。

この腸溶錠を牛乳と一緒に飲みますと胃の中で溶けてしまうおそれがあります。また、牛乳の影響により

抗生物質のテトラサイクリンや抗菌剤のニューキノロン系の薬は吸収が阻害され、効果が現れにくくなります。例えば、シプロフロキサシンという薬は、牛乳に含まれるカルシウムと結合することによって消化管で吸収される速さと吸収率が減少するため、利用率が60%～70%に低下してしまいます。

逆に、牛乳で吸収が高まってしまう薬もあります。角化症（皮膚が硬くなる病気）治療薬のエトレチナートや真菌症治療薬のグリセオフルビンなどです。思っていた以上に吸収されるため副作用が出るおそれがあります。あるいは、心臓の働きを良くするためのメチルジゴキシンと牛乳で不整脈をまねくおそれがあると報告されています。

チーズでは、感染の治療と予防の薬のイソニアジドを飲んでいる人がチーズと一緒に食べると、顔が赤くなったり、吐き気や頭痛がすることもあります。牛乳に代表される乳製品は栄養面からみて優秀な食品であり、鎮痛薬などの刺激のある薬を飲むときには胃を保護する働きもあります。しかし、薬との飲み合わせで心配な場合は薬を牛乳で服用しないのはもちろん、牛乳と薬を飲む時間をあける（2～3時間）などの注意が必要です。

このほかに多くの飲み物や食品と薬との飲み合わせ（相互作用）が知られています。相互作用を起こさないためにも薬を飲むときは、水かぬるま湯で服用してください。

