

① ヘルシアのとり方

2007.1.28

Q：メタボリックシンドロームが気になるので「体脂肪が気になる方に」と書いてあるヘルシア（トクホ）を飲んでみようと思い350ml入りを買った。家に帰って説明書きを読んだら、カフェイン80mgを含む。と書いてあった。薬局でぜんそくの薬（テオドール）をもらうとき、お茶やコーヒーなどカフェインを多く含むものとは一緒に飲まないでと言われた。ヘルシアは飲まない方がいいのでしょうか？

また、テオドールと飲み合わせてはダメな飲食物は他にありますか？

A：テオドールの成分はテオフィリンという薬物です。テオフィリンは気管支を拡げ、痰などを出しやすくしますのでぜんそく発作時の症状を楽にします。通常は1日2回服用して、血液中の薬の濃度を保っています。テオフィリンには様々な作用があり、強く効き過ぎると副作用として、頭痛、不眠、けいれん、意識もうろう、などの症状が現れます。カフェインはテオフィリンの作用を強めますので一緒にとると副作用が強くなる可能性があります。うすめのお茶やコーヒーではあまり問題はありませんが、ヘルシア350mlを一度に飲む場合は多すぎると考えられます。薬物の効き方や副作用の出方は個人によって異なりますので、もし異常を感じたらすぐに中止してください。トクホには薬剤を服用中の方への注意が書かれています。

テオフィリン製剤を服用のかたは、セントジョーンズワート（西洋オトギリソウ）や多量の唐辛子も避けた方がよいでしょう。

テオフィリン服用中の方で最も注意が必要なのは「たばこ」です。こちらは、たばこをずっと吸っていた人がやめたときに問題になります。

たばこの煙の中にはテオフィリンの効果を弱める成分が含まれているので、常時たばこを吸っている人ではテオフィリンを多めに使わないと効きが悪いことになります。たばこはぜんそくを悪化させますから、禁煙することをおすすめしますが、禁煙開始前にぜひ主治医に「禁煙する」と伝えてください。たばこで弱められていたテオフィリンの効き目が強くなり思わぬ副作用が現れることがあるので、テオフィリンの服用量の調節が必要な場合があるからです。本人が吸わなくても常に喫煙者のそばにいて副流煙を吸わされている人にも同じことがいえます。

(NPO 法人ふあるま・ねっと・みやぎ/ 薬食ビジラン・P-net 管理室)