**お薬を飲むときの飲み物について**

 **お薬はお茶で飲んでもいいですか？**

　お茶にはカフェインが含まれており、お茶で喘息治療薬（アミノフィリン、テオフィリン）や抗菌剤（シプロフロキサシン）と服用すると、服用したお薬やカフェインの作用が強くなり悪心、不眠、頻尿などの症状を起こすことがあります。また多量にお茶やコーヒー等を飲む習慣がある人は、カフェイン中毒を起こす恐れがありますので注意が必要です。
また、お茶の中にはタンニン酸が含まれるため貧血の治療に用いる鉄剤はお茶で服用しないように言われてきましたが、現在ではあまり濃いお茶でない限り一緒に服用しても問題ないとされています

 **ミネラルウォーターで飲んでもいいですか？**

　ミネラルウォーターは水道水よりも多くのカルシウムやマグネシウムなどのミネラル分が含まれています。骨粗鬆症治療薬であるビスホスホネート系薬剤はミネラルウォーターで服用すると、体内でミネラル分と結合し、お薬の吸収が低下し作用が減弱してしまうため注意が必要です。海外のミネラルウォーターは一般的にミネラル分が多いため特に注意が必要です。商品のパッケージに硬度（水1000ml中に溶けているカルシウムとマグネシウムの量を表した数値）が記載されていますので、硬度300㎎/ml以上（硬水）のものは避けてください。

 **牛乳で飲んでもいいですか？**

　お薬の中には牛乳と同時に服用すると、カルシウムの吸収が良くなり過ぎてしまい頭痛やめまい、吐き気・嘔吐､食欲不振、倦怠感などの症状があらわれる可能性がある物や、お薬の吸収が悪くなり効果が期待できなくなるものがあります。牛乳との飲み合わせに注意が必要なお薬を下記の表にまとめましたのでご参考下さい。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 牛乳との同時服用による影響 | 薬品名 | 薬効 | 対策 |
| カルシウムの吸収が増加（高カルシウム血症） | 炭酸水素ナトリウム | 制酸剤 | 同時服用を避ける |
| 酸化マグネシウム | 制酸剤、下剤 |
| お薬の吸収が低下（効果が期待できなくなる） | ミノサイクリン | 抗生物質 | 服用時は牛乳の摂取を2時間程度控える |
| ガレノキサシン | 抗菌剤 |
| シタフロキサシン |
| トスフロキサシン |
| レボフロキサシン |
| ビスホスホネート系薬剤 | 骨粗鬆症治療剤 |

 **子供にジュースで飲ませてもいいですか？**

　お子様にお薬を飲ませる際に、ジュースなどに混ぜて飲ませることもありますが、酸性のジュース（柑橘系ジュース、スポーツドリンク、乳酸菌飲料など）は、かえって苦くなる場合があります。酸度の高いジュースはお薬の表面の被膜を分解してしまい、お薬本来の苦味が出てしまうからです。お子様が服用を嫌がる場合は、甘味が強く苦味を隠す効果のあるチョコレート味のアイスクリームに混ぜる方法もあります。