

健康食品の正しい知識で健康ライフ

上手に使おう  
健康食品

今回のテーマ

ウコンと  
医薬品の飲み合わせ公益社団法人福岡県薬剤師会  
薬事情報センター

TEL 092-271-1585

お薬に関する問い合わせがあるとき

くすり なんでも テレホン



092-271-1585

(月~金 9:00~17:30 土 9:00~12:00)

福岡県薬剤師会薬事情報センターでは、一般の方のご質問を電話で受けています。くすりの使用方法や取り扱い方などに関する質問をおよせください。

子どもさんが誤って化粧品など食べ物でないものを、飲んだり食べたりした場合の対処方法についても受け付けます。実際の診療に関わる内容については、かかりつけの医療機関、主治医にお問い合わせ下さい。

## 「薬事情報センター」のホームページ

知っていますか？  
くすりの正しい使い方  
読むおクスリ当センターに寄せられた  
質疑応答をご紹介  
質疑応答新薬・報告品目情報  
医薬品情報消毒薬の使い方をご紹介  
消毒薬一覧くすりに関するご質問に  
お応えしています  
くすりQ&A副作用等が防止できた  
事例をご紹介  
相談事例コンテンツいっぱいのおホームページへ  
ぜひアクセスしてみてください。福岡県 薬事情報センター   
<http://www.fpa.or.jp/contents/johocenter/>公益社団法人福岡県薬剤師会  
薬事情報センター

FAX 092-281-4104 E-mail f-pic@fpa.or.jp

月~金 9:00~17:30 土 9:00~12:00

## ウコンの成分：クルクミン

ウコンの代表的な薬効成分です。

【はたらき】胆汁分泌促進作用、

利尿作用、抗菌作用、抗炎症作用、抗アレルギー作用、血小板凝集抑制作用などが報告されています。

ビタミンEやビタミンCよりも強い抗酸化作用があり、抗がん作用があると言われています。また、動物実験でアルツハイマー病への効果の研究も進められています。

含有量は秋ウコンが一番多く、紫ウコン、白ウコンにはほとんど含まれません。

## ウコンの成分：精油成分

【はたらき】胆汁分泌促進作用、抗コレステロール作用、唾液や胃液の分泌促進作用、抗潰瘍作用、抗菌作用、強心作用、抗アレルギー作用などが報告されています。動物実験で抗がん作用が報告されています。

# ウコンと 医薬品の飲み合わせ



ウコンはショウガの形に似た持続性の辛みを持つ植物で、古くから根茎を天日で乾燥して、食品の色素や染料、薬用に用いられています。「ウコン」(別名:秋ウコン)、「キョウオウ」(別名:春ウコン)、「ガジュツ」(別名:紫ウコン、白ウコン)の3種類が流通し、形や作用が似ているため、これらを総称して「ウコン」ということがあります。

「ウコン」と「ガジュツ」は、医薬品的な効果を標ぼうしない限り、医薬品とは判断されない原材料とされます。

## 成分

精油成分(ターメロン、シネオール、クルクモール等)、黄色色素(クルクミンとその誘導体)、フラボノイド、ミネラル、ビタミンC、β-カロテン等です。



## 副作用

因果関係が疑われる薬剤性肝障害、肝機能低下、皮膚掻痒、皮疹、接触皮膚炎等の健康被害が報告されています。

食物中に含まれる程度の摂取なら安全と思われませんが、過剰または長期間摂取すると、消化器障害等が起こることがあります。



## ウコンと

# 医薬品との飲み合わせは？



医薬品の作用に影響を及ぼすことがあります。

※健康食品は医薬品ではないので、病気の治療を目的に使用しないようにしましょう。

医薬品名	医薬品への影響
血液をサラサラにする薬 (ダブシカリン、フチルクロフィン、アリジン等)	クルクミンは血小板凝集抑制作用があるので、作用が増強して、出血傾向になる可能性がある。  【報告事例】 <sup>1)</sup> 抗凝固薬(フルインジオン:日本で未発売)を服用中(PT-INR*:2~3)の人が、ウコン茶を5日間併用したら、PT-INRが6.5に上昇し、ウコン茶中止15日後に回復した。  *血液の凝固作用を調べる検査値。値が大きいほど出血しやすい。
抗がん薬 (シクロホスファミド、ドキシフルビジン)	クルクミンは抗がん作用があることが報告されているが、これらの抗がん薬の効果が減弱した報告がある(動物実験) <sup>2)</sup> 。 飲み合わせの見解が明らかになっていないので、使用には注意が必要。
蛋白分解酵素 (プロメライン)	抗炎症作用が増強する <sup>3)</sup> 。 ウコンとプロメラインを配合した健康食品が販売されている。

医薬品名	医薬品への影響
免疫抑制薬 (タクロリムス、シクロスポリン)	クルクミンは、薬剤を分解する酵素の働きに影響を及ぼす可能性がある。  ターメリック(ウコン)ジュースの摂取で、タクロリムスの血中濃度等が増加した報告がある(動物実験) <sup>4)</sup> 。
	クルクミンとの併用で、免疫抑制作用が増強した報告がある(動物実験) <sup>5)</sup> 。
サラソスルファピリジン (別名:スルファサラジン)	クルクミンは、小腸等にある薬剤を排出するタンパクの働きを阻害する可能性がある。  【報告事例】 <sup>6)</sup> 健常日本人男性8人の試験で、クルクミン2gを摂取30分後に、サラソスルファピリジン2gを服用したら、サラソスルファピリジンの血中濃度が約3倍に上昇した。

[文献]1)・・・Daveluy A et al.:Therapie.69(6),519,2014.  
2)・・・Somasundaram S et al.:Cancer Res.62(15),3868,2002.  
3)・・・ハーブの安全性ガイド,フレグランスジャーナル社,2003.  
4)・・・Kanoko E et al.:Drug Metab.Pharmacokinet.27(2),242,2012.  
5)・・・Chueh SC et al.:Transplant Proc.35(4),1603,2003.  
6)・・・Kusuhara H et al.:Br J Pharmacology 166,1793,2012.

**重要!** 摂取に注意が必要な方があります。使用するには、必ず薬剤師に相談しましょう。