

# アルコールと薬

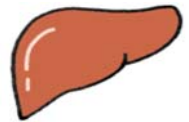


お酒と薬を一緒に飲んで駄目だと良く言われますが、どうしてでしょうか？

風邪薬や鎮痛剤を飲みつつ酒席に参加されている方も多いと思います。今回はアルコールと薬の関係について考えてみました。

## お酒と薬を一緒に飲んではいけないというのは本当？

→本当です。お酒は肝臓で主に2つのルートで分解を受けます。1つは皆さんも良く聞かれるアセトアルデヒド脱水素酵素による分解です。もう1つが MEOS(ミクロソームエタノール酸化系酵素群)による分解です。薬と併用すると危険とされている物質は主にこの MEOS になります。



## どうして危険？

→本来、この MEOS は薬物を代謝する働きを担うものですが、一緒にアルコールを飲むことで、2重の負担を与えてしまいます。MEOS は薬やアルコールを代謝する際に中間代謝物質を産生しますが、この中間代謝物質は身体に有害な酸化ストレス源となります。つまり、**薬とアルコールを一緒に飲み、2重の負担を与えることで、中間代謝物質が大量に生産され、肝臓に大ダメージを与えてしまうのです。**また、2重の負担により当然代謝は遅くなり、薬の作用が増強したり、思わぬ副作用を呼び込むこともあります。

## 特に要注意の薬は??

→MEOS で薬物代謝を受ける薬は要注意です。薬の代謝が遅くなり、作用が増強してしまったり、効果が長引いてしまったりします。

- **抗うつ剤、抗不安剤、睡眠剤:** アルコールと同時に摂取することで中枢神経抑制作用が増強します。つまり、眠気が続いたり、倦怠感が持続したり、正常な薬の効果を期待できなくなります。
- **消炎鎮痛剤:** アルコールによる胃の粘膜障害を増強させます。鎮痛剤を飲んだ後にお酒を飲んで、胃痛に苦しんだ経験がある方もいるのではないのでしょうか？ 酷い時には胃に穴があく可能性もあります。
- **血圧の薬:** 血圧降下作用が増強され、血圧の急下降につながる可能性があります。
- **経口糖尿病薬:** 低血糖作用が増強されます。経口糖尿病薬を飲んだ後に多量飲酒することは低血糖を起こす危険性があります。
- **抗凝固薬:** 血液サラサラ作用を増強させます。飲酒時に転倒すると出血が止まらない…。などの惨事につながります。



この他にもイブプロフェンやアセトアミノフェンと言った市販薬に含まれている成分もアルコールと常用的に服用することで劇症肝炎などの肝障害の引き金となります。



## まとめ

→結局のところ、アルコールと薬を一緒に飲むことはお勧めできません。風邪だけ、頭痛だけ、どうしても飲まなくては…。そんな時には薬は早めに内服し、お酒も控え目にするようにしましょう。翌日はしっかり休肝日をもうけ、身体を休ませてあげましょう。