



# あじさいだより

<http://www.pharma-care.co.jp>

2006年4月

発行責任 あじさい薬局  
あじさいだより編集委員会

## セント・ジョーンズ・ワート

コンビニやドラッグストアなどで様々なサプリメントが販売されていますが、実際の服用には注意が必要なモノも少なくありません。今回は、その中で、セント・ジョーンズ・ワートを紹介します。

### セント・ジョーンズ・ワートとは？

セント・ジョーンズ・ワートは、日本では西洋弟切草（おとぎりそう）と言われ、花びらの縁に黒い点々模様の黄色い花を咲かせる、香りの強い多年草です。昔から打ち身、切り傷、やけどなどの外用薬として用いられてきました。

現在は『イライラを退治するハッピーハーブ』として、アメリカではサプリメント、ドイツでは医薬品として使用されています。

日本では健康補助食品として販売されていますが、1錠あたりのセント・ジョーンズ・ワートの含有量がまちまちだったり、純品であるか定かではないため購入には注意が必要です。

### 副作用は？

副作用は胃腸障害、アレルギー反応等ですが、日光皮膚過敏症を起こすとの報告もあり、光過敏症の方は服用できません。また、日焼けの時の服用や、服用後に強い日光に当たることは避けなければなりません。小児への服用および授乳中の服用も避けるべきとされています。

### 医薬品との飲み合わせは？

また、医薬品との相互作用にも注意が必要です。服用している医薬品の作用を弱めてしまうことがありますので、服用の開始、中止には医師、または薬剤師への相談が不可欠です。特に経口避妊薬、強心剤、気管支拡張剤、血液凝固防止剤、抗うつ薬、偏頭痛薬、抗てんかん薬、抗不整脈薬、抗HIV薬、免疫抑制薬などの併用には、厚労省からも警告がでています。

### 服用のポイント

- ・ 服用中日光を避ける
- ・ 光過敏症の方は服用しない
- ・ 購入時含量等を確認する
- ・ 医薬品服用中は必ず医師、薬剤師に相談する