



# くすりと健康

一般社団法人  
神戸市薬剤師会

## 抗凝固薬

出血をしたときに血液が止まるのは、「血小板」と「血液凝固因子」がかわっており、血管が傷つくと血小板が傷をふさぎ（一次止血）、血液凝固因子がそれを強固におおって（二次止血）出血を止めます。二次止血には、十数種類の血液凝固因子が連鎖的に反応し、最終的に血液に溶ける「フィブリンゲン」が溶けない「フィブリン」に変化します。

そのフィブリンがお互い網目状につながりあって、赤血球や血小板などを取り込んで塊（血栓）を作り、止血が完了します。普段は、血管の中で血が固まることはありませんが、血管の内壁が傷ついたり、血液が滞ったりすると血栓がでやすくなります。体をあまり動かさず長時間座ったままの状態や寝たきり、心房細動など血液が滞ることによっておこる血栓では血液凝固因子が重要な働きをします。血液凝固因子の働きを抑える薬は、

注射薬ではヘパリン類などがあり、飲み薬ではワルファリンや直接経口抗凝固薬があります。

ヘパリン類は、血液凝固因子の一部の働きを妨げる作用のある「アンチトロンビン」というタンパク質と結合し、その作用を強める働きがあります。

血液凝固はドミノ倒しのように連鎖的に反応が進んでいくため、一部の血液凝固因子の働きを抑えるだけでも血栓ができるのを防ぐことができます。

ワルファリンは、ビタミンKの働きを抑えます。ビタミンKは一部の血液凝固因子が体内で作られるときに必要な物質なので、ワルファリンがビタミンKの働きを抑えることで血栓ができるのを防ぎます。そのため、ビタミンKを多く含む納豆、クロレラ、青汁、モロヘイヤなどの食品を食べるとワルファリンの作用を弱めます。

特に、納豆は納豆菌が体内でビタミンKを作り続けるので避けてください。ワルファリンは、ほかに飲み合

わせのよくない薬や食品は数多くあるので、主治医にあらかじめお尋ねください。また、病院を受診する際や薬局で薬を購入する際は、ワルファリンを服用していることを医師か薬剤師にお伝えください。

それから、ワルファリンは効き方に個人差があり、体調などによっても変わります。そのため、定期的に血液検査をおこない、その結果でワルファリンの量を調節するので、主治医の指示に従って服用してください。

直接経口抗凝固薬は、フィブリンゲンからフィブリンに変化するときに必要な「トロンビン」を抑える抗トロンビン薬と血液凝固因子のひとつである第X因子を抑える抗FXa薬があります。

どちらの薬もワルファリンに比べて、量を調節する必要が少なく、薬や食品の影響で効果が変わることが少ないなどの特徴があります。

（北区 薬局エヒラファーマシー

松本 博志