



鉄剤とお茶は一緒に飲んでいけないの？



鉄剤とお茶を一緒に飲んで本当にいけないのでしょうか？

最近では、絶対にダメというわけではないことが分かってきました。

【 お茶と鉄剤を一緒に飲むとどうなるのでしょうか？ 】

お茶に含まれるタンニンが鉄と結合して、腸からの吸収が悪くなり、鉄剤がからだの中に入りにくくなってしまいます。

【 効きめに差がでてしまうのでしょうか？ 】

鉄剤には多くの鉄が含まれているため、多少吸収が悪くなっても効きめはお茶で飲んでいる方とそうでない方を比べて差がありません。

【 効きめを高めるためには？ 】

鉄剤を服用している方は、効きめを高めるために、“ビタミンC”を十分に摂取することが大切です。

原則として、お薬は水または白湯でお飲みください！

お薬を正しく使うのは患者さん自身です。
お薬についてご質問のある方は、お気軽にお尋ねください。

