

تداخلات غذا و دارو

تداخلات غذا و دارو زمانی ایجاد می گردد که ماده غذایی مصرف شده بر مواد موثر داروها اثر گذاشته و باعث کاهش جذب یا افزایش متابولیسم دارو گردد .

تداخل دارو با غذا یا نوشیدنی در اثر واکنش بین دارو و مواد خاص خوردنی یا نوشیدنی پدید می آید. برای مثال ترکیب الکل با بعضی از داروها میتواند موجب خستگی، خواب آلودگی و کند شدن عکس العمل فرد شود.

خوشبختانه بسیاری از تداخلات دارویی خطرناک نیستند . بهترین راه برای حفظ سلامتی بیمار در مقابل تداخلات دارویی دانستن نکاتی از قبیل : چگونگی مصرف دارو و چگونگی عملکرد داروها (نسخه ای , بدون نسخه) می باشد .

بسیاری از داروها تحت تاثیر مواد غذایی قرار نمی گیرند , اما ممکن است اثرشان با موقع مصرف غذا و نوع غذا در ارتباط باشد در بسیاری از موارد زمان مصرف دارو (قبل یا بعد از غذا) قید می شود که می تواند با محل جذب دارو در سیستم گوارشی در ارتباط باشد.

بسیاری از آشامیدنی ها , الکل , کافئین و سیگار ممکن است با داروها تداخل داشته باشند این تداخلات به صورت کاهش اثر دارو یا ایجاد عوارض جانبی نمایان می گردد (فاکتورهای شخصی مثل سن , وزن , جنس , مقدار مصرف در بروز تداخلات مهم می باشد) .

تداخل دارو و آشامیدنی

آب: بهترین آشامیدنی است که می توان همراه دارو استفاده کرد . البته در رابطه با ترکیبات آهن استثنا وجود دارد بهترین آشامیدنی برای افزایش جذب قرص آهن , آب پرتقال می باشد.

آشامیدنیهای حاوی ویتامین ث مثل عصاره مرکبات , گوجه فرنگی و آب گریفورت باعث افزایش جذب آهن می گردند .

تحقیقات نشان داده با مصرف ویتامین ث جذب آهن چندین برابر می گردد

الکل : الکل محلول خوبی برای مصرف با دارو نمی باشد این ماده باعث افزایش فعل انفعالات در رابطه با داروها گشته یا اثر آنها را چندین برابر می کند .

کاهش جذب دارو : الکل باعث کمبود روی و منیزیم در بدن می گردد و جذب ویتامین B_۶ و آهن را مختل می نماید .

اثر بر متابولیسم کبدی : تغییرات آنزیمی فعال شدن آنزیم های کبدی و خروج سریع دارو از بدن (گاهی عکس این عمل صورت می گیرد) .

داروهای تضعیف کننده : CNS مصرف الکل همراه با این داروها باعث کاهش سریع فشار خون و نارسایی تنفسی می گردد که می تواند مرگبار باشد .

داروهایی که با مشروبات الکلی تداخل دارند

امپرامین (توفرانیل)

امیتراپتیلین (الاویل)

دiazepam (والیوم)

متازولامید (ضد گلوکوم آب سیاه)

نورترپتیلین (پا ملور)

استامینوفن

پردنیزون (کورتیکواستروئیدها)

انواعی از تداخلات غذا و دارو

داروهای ضد فشار خون (کاهش دهنده فشار خون)

مصرف این دارو ها به همراه ترکیبات شیرین بیان (برای مثال قرص رگلیسن یا سایر ترکیبات) , نوشابه های الکلی , موز, شکلات , پنیر , انجیر , جگر , ماهی , ترشی, آناناس, مخمر و مالت ممکن است به علت آمین های مؤثر بر افزایش فشار, سبب کاهش اثر داروی کاهش دهنده فشار خون و متناوب با آن افزایش فشار خون می گردد (البته مصرف یکبار در روز ترکیبات شیرین بیان مشکلی را ایجاد نخواهد کرد).

مصرف همزمان شیر با غذاهای قلیایی موجب از بین رفتن لایه EC و بی اثر شدن دارو می گردد. (ترکیبات شیرین بیان مشکلی را ایجاد نخواهد کرد) .

استامینوفن:

کربوهیدرات ها (بیسکویت , خرما, مربا...) ایجاد کمپلکس می کند که ممکن است میزان جذب (نه مقدار داروی جذب شده) به تاخیر افتد. همراه با کافئین اثر دارو را بیشتر میکند .

مصرف همزمان غذاهای سرشار از پروتئین و کالری اثر دارو را افزایش می دهد .

مصرف همزمان کلسیم با فیبرهای غلات ,سیوس,حبوبات واگزالات ریواس و اسفناج جذب کلسیم را کاهش می دهد .

مصرف همزمان گلیکوزید های قلبی با شیر ولبنیات یا غذاهای حاوی کلسیم ممکن است اریتمی ایجاد کنند. گلیکوریس شیرین بیان هیپوکالمی را القاء کرده و موجب افزایش مسمومیت از دیگوسین می شود.کربو هیدرات زیاد موجب کاهش جذب دارو می گردد .

مصرف همزمان داروهای تیروئید (لویتروکسین , لیوتیرونین) همراه با مواد غذایی مثل چغندر , کلم , کلم پیچ , سویا و... باعث افزایش اثر داروها موثر بر کم کاری این غده می گردد این گیاهان حاوی ماده ای بنام goitrogensبوده که باعث بهبود عملکردغده تیروئید می گردد.

دگزامتازون:

مصرف ۳-۴فنجان چای یا قهوه ممکن است اثر دگزامتازون را افزایش دهد .

اریترومایسین:

آب میوه و یا مایعات اسیدی ممکن است تجزیه دارو را تسهیل کند .

فروس سولفات:

همراه با چای و قهوه ,حبوبات ,تخم مرغ,لبنیات ممکن است به صورت کمپلکس نامحلول در اید .

انسولین:

وعده های صرف غذا باید مشخص باشد (مثلا ۳بار در روز)در این صورت هیچ وعده ای نباید حذف شود. از شیرینی جات ونیز نوشابه های حاوی کافئین پرهیز نمایید .

لوودوپا:

همراه لوبیا، جگر گاو، مخمر ممکن است اثربخشی دارو کاهش یابد

لیتیوم کربنات:

برای جلوگیری از مسمومیت با این دارو ، اب و نمک ضروری است

فنتیازین:

قهوه و چای زیاد جذب دارو را افزایش می دهد .

کینیدین:

همراه انتی اسیدها و غذاهای قلیلایی ممکن است دفع دارو کاهش یابد .

وارفارین:

سبزیجات برگدار سبز (کاهو، اسفناج، کلم، شلغم، سویا) اثر دارو را کاهش می دهد. بستنی جذب وارفارین را کم می کند و پیاز سرخ شده فعالیت آن را افزایش می بخشد .

مصرف داروهای ضد آسم (تئوفیلین ، پردوافدرین ...):

همراه با گوشت قرمز کباب شده باعث کاهش اثر این داروها می گردد (افزایش متابولیسم دارو توسط غذا) .

مصرف داروی کینیدین همراه با آب مرکبات باعث افزایش طول اثر دارو می گردد (کاهش متابولیسم دارو در بدن) .

مصرف بیش از حد آب میوه باعث کاهش اسیدیتة ادرار گشته و از دفع سریع یا نرمال داروهای اسیدی در کلیه خودداری کرده و باعث افزایش غلظت دارو در خون و متناوب با آن افزایش عوارض جانبی دارو می گردد .

مصرف همزمان داروهای آرام بخش و خواب آور با نوشابه های الکلی:

باعث افزایش اثر تضعیف کنندگی سیستم اعصاب (خواب آوری ، کما ، مرگ) می گردد .

مصرف همزمان دارو با مایعات داغ باعث از بین رفتن دارو و کاهش اثر دارو خواهد شد .

مصرف همزمان داروهای ضد بارداری با مواد غذایی حاوی ویتامین B باعث کاهش جذب این ویتامین می گردد. به طور مثال خانم های مصرف کننده این داروها اغلب کمبود ویتامین B₆ و B₉ (اسید فولیک) دارند .

منابع ویتامین B: جگر , سبزیها با رنگ سبز تیره مثل اسفناج , گل کلم .

مصرف همزمان فنی توئین یا ویتامین D₃ باعث افزایش سرعت تحریک این ویتامین گشته که با مصرف مقادیر زیادی شیر با جگر این کمبود جبران خواهد گشت .

داروهای شیمی درمانی باعث از بین رفتن اشتها , ایجاد تهوع و استفراغ و تغییر حس چشایی و بطور کلی باعث سو تغذیه می گردند .

گریزوفولونین: (در درمان عفونت های درماتوفیتی از جمله کچلی های ریش ، مو و ... استفاده می شود) با غذاهای چرب جذب دارو افزایش می یابد .

تداخلات داروهای بدون نسخه (OTC) با غذا

تمام تداخلات دارویی صرفاً مربوط به تداخلات داروهای نسخه ای (RX) و غذا نمی باشند , داروهای بدون نسخه (OTC) اصولاً خطرناک تر بوده زیرا این داروها بدون توجه به تداخلات همراه غذا مصرف می شوند .

مصرف اسپرین:

باعث کمبود ویتامین C می شود بنابراین بهتر است این دارو همراه با آب میوه مصرف گردد .

مصرف داروهای مدر باعث دفع آب از بدن گشته که همراه با دفع آب پتاسیم نیز دفع می گردد برای جلوگیری از کاهش پتاسیم بهتر است از مواد غذایی مثل گوجه , پرتقال , آلو خشک , سیب زمینی , کشمش استفاده گردد . (بجز اسپرینولاکتون که داروی مدر با حفظ پتاسیم خون می باشد) .

آنتی اسیدها باعث کاهش جذب فسفر موجود در غذا گشته و باعث کاهش غلظت فسفر یا هیپو فسفوتیمیا می گردد که شامل علائمی مثل ضعف و خستگی , بی اشتها , کمردرد می باشد بنابراین بیمارانی که آنتی اسید مصرف می نمایند باید مقادیر زیادی از ترکیبات حاوی فسفر مصرف نمایند (گوشت قرمز حاوی فسفر زیادی است) .

گریب فروت:

گریب فروت حاوی ترکیباتی است که هم تشکیل پلاکهای آترواسکلروز را کاهش می دهد و هم تکثیر سلولهای سرطانی را مهار می کند. با این وجود برخلاف سایر مرکبات با بسیاری از داروها تداخل دارد، بخصوص که همراه صبحانه مصرف شود .

مصرف داروهای زیر با آب گریب فروت تداخل ایجاد می نماید:

داروهای ضداضطراب(الپرازولام,میدازولام)

بوسپیرون

ضد افسردگی : (سرتالین ,نوعی داروی مهار کننده انتخابی بازجذب سروتونین می باشد که در درمان افسردگی ,وسواس ,حملات پانیک بکار می رود)

کلومیپرامین (داروی ضد افسردگی سه حلقه ای)

کاهش دهنده های فشار خون(ضد آریتمی, درمان آنژین)

لوزارتان (کنترل فشار خون)

دیگوسین (درمان CHF)

ضد صرع (کاربامازپین)

ضد جنون (هالوپریدول، ترازادون، زولیلن)

داروهای سیستم گوارشی (سیزاپراید)

کاهش دهنده چربی (استاتین ها)

درمان علامتی الرژی (فکسوفنادین، ترفنادین)

داروهای پیوند اعضا (ایمنوساپرسانت)

داروهایی که مصرف دراز مدت آن ها باعث کمبود کلسیم می گردد.

ادویر دیسکوز: (AdvairDiskus) نوعی اسپری کورتیکواستروئیدی برای درمان آسم

استروژن (Estrogens)

امپرازول (Omeprazole)

ایزونیازید (Isoniazid)

ایندومتاسین (Indomethacin)

آنتی کانوالسانت: (Anticonvulsants) دسته ای از داروها که برای ناهنجاری های عصبی به کار می روند، مانند:

باربیتورات، کاربامازپین و

...

داروهایی که مصرف دراز مدت آن ها باعث کمبود کلسیم می گردد.

بایل اسید سکواسترننت ها: (Bile Acid Sequestrants) مانند کلستیرامین و دیگر داروهای کاهنده کلسترول

تری متوپریم (Trimethoprim)

تریامترن (Triamterene)

توبرامایسین (Tobramycin)

جنتامایسین (Gentamicin)

دیکلوفناک (Diclofenac)

سوکرافیت (Sucralfate)

داروهایی که مصرف دراز مدت آن ها باعث کمبود کلسیم می گردد.

سیکلوسرین (Cycloserine)

فنوباربیتال (Phenobarbital)

کافئین (Caffeine)

کلستپول (Colestipol)

کلسیتونین (Calcitonin)

کورتیکواستروئیدهای تنفسی (Inhaled Corticosteroids)

کورتیکواستروئیدهای خوراکی (Oral Corticosteroids)

گاباپنتین (Gabapentin)

متفورمین (Metformin)

نئومایسین (Neomycin)

هیدروکسید آلومینیوم (Aluminum Hydroxide)

داروهایی که مصرف دراز مدت آن باعث کمبود اسید فولیک می گردد

امپرازول (Omeprazole)

ایزونیازید (Isoniazid)

ایندومتاسین (Indomethacin)

آسپیرین (Aspirin)

بایل اسید سکواسترننت ها: (Bile Acid Sequestrants) مانند کلستیرامین و دیگر داروهای کاهنده کلسترول

تتراسایکلین (Tetracycline)

تری متوپریم (Trimethoprim)

تریامترن (Triamterene)

داروهایی که مصرف دراز مدت آن باعث کمبود اسید فولیک می گردد

داروهای ضد بارداری خوراکی (Oral Contraceptives)

دیورتیک ها (Diuretics)

دیورتیک های تیازیدی (Thiazide Diuretics)

رانیتیدین (Ranitidine)

سیکلوسرین (Cycloserine)

فلوکستین (Fluoxetine)

لیتیوم (Lithium)

متفورمین (Metformin)

نئومایسین (Neomycin)

هیدروکسید منیزیم (Magnesium Hydroxide)

هیدروکسید آلومینیوم (Aluminum Hydroxide)

داروهایی که مصرف دراز مدت آن ها باعث کمبود آهن می گردد

انالاپریل (Enalapril)

ایبوپروفن (Ibuprofen)

آسپیرین (Aspirin)

دی پیریدامول (Dipyridamole)

رانیتیدین (Ranitidine)

سایمیتیدین (Cimetidine) فاموتیدین (Famotidine)

کاپتوپریل (Captopril)

کلستپول (Colestipol)

نئومایسین (Neomycin)

هالوپریدول (Haloperidol)

هیدروکسید منیزیم (Magnesium Hydroxide)

داروهایی که با فروش سولفات تداخل منفی ایجاد می کنند

این داروها با مصرف قرص آهن (فروس سولفات) تداخل منفی ایجاد می کنند، یعنی یا این داروها موجب کاهش جذب قرص آهن می شوند و یا قرص آهن در جذب این داروها اختلال ایجاد می کند. قبل از مصرف مکمل آهن، با داروساز یا پزشک مشورت نمایید، زیرا مصرف مکمل آهن با این داروها ممکن است مشکلات ناخواسته ای را ایجاد نماید

داروهایی که با فروش سولفات تداخل منفی ایجاد می کنند

پنی سیلامین (Penicillamine)

تتراسایکلین (Tetracycline)

دوکسی سایکلین (Doxycycline)

سیپروفلوکسازین (Ciprofloxacin)

کاربیدوپا (Carbidopa)

لوودوپا (Levodopa)

وارفارین (Warfarin)

داروهایی که با مکمل کلسیم تداخل منفی ایجاد می کنند

این داروها با مصرف قرص کلسیم تداخل منفی ایجاد می کنند، یعنی یا این داروها موجب کاهش جذب قرص کلسیم می شوند و یا قرص کلسیم در جذب این داروها اختلال ایجاد می کند. هنگامی که یکی از این داروها برای شما تجویز شد، قبل از مصرف مکمل کلسیم، با داروساز یا پزشک معالج تان مشورت نمایید، زیرا مصرف مکمل کلسیم با این داروها ممکن است مشکلات ناخواسته ای را ایجاد نماید

داروهایی که با مکمل کلسیم تداخل منفی ایجاد می کنند

استات کلسیم (Calcium Acetate)

تتراسایکلین (Tetracycline)

داکسی سایکلین (Doxycycline)

سیپروفلوکسازین (Ciprofloxacin)

سایر تداخلات غذا و دارو

Colestid

همراه با آب میوه، شیر بدون چربی یا کم چربی، سوپ یا میوه مصرف کنید از رژیم غذایی کم چربی، کم کلسترول استفاده نمایید.

اریترومايسين (آنتی بیوتیک)

همراه با آبمیوه یا مایعات اسیدی مصرف نشود زیرا ممکن است تجزیه دارو را تسهیل می کند. همراه غذا استفاده شود اگر دچار مشکلات گوارشی شدید با غذا دریافت کنید از مصرف با غذاهای سیتروزی ، آب میوه های سیتروزی (پرتقال ، لیموشیرین، لیموترش) و نوشیدنی های کربناته (کولا) خودداری کنید

استازولامید (ضد گلوکوم آب سیاه):

هر گونه غذا، شیر یا خوراک مصرف شود.

استامینوفن

کافئین موجود در قهوه، چای یا نوشیدنی های کولادار میزان جذب استامینوفن را افزایش می دهد و دوز بالای این ترکیب باعث آسیب های کبدی می شود. برای کاهش سریع درد بهتر است با معده خالی مصرف شود.

اندوسین(ضد التهاب)

با هر گونه غذا، شیر یا خوراک مصرف شود.

اندومتاسین(ضد التهاب):

با هر گونه غذا، شیر یا خوراک مصرف شود.

آتنولول

دریافت دارو با غذا دسترسی دارو را افزایش می دهد. این دارو را با آب پرتقال استفاده نکنید

آزیترومایسین

اگر دچار مشکلات گوارشی شدید با غذا دریافت کنید از مصرف با غذاهای سیتروزی ، آب میوه های سیتروزی(پرتقال ، لیموشیرین، لیموترش) و نوشیدنی های کربناته(کولا) خودداری کنید

آسپیرین (Aspirin)

می تواند باعث ناراحتی معده شود، بنابراین باید آن را همراه یا پس از غذا مصرف کنید و یا یک لیوان پر آب یا شیر همراه آن بنوشید. هنگام مصرف این دارو از تأمین مایعات بدن مطمئن باشید و مصرف غذاهای غنی از ویتامین C را افزایش دهید. در مورد مصرف سیر و ادویه و کافئین محدودیت ایجاد گردد

آلندرونات:(Alendronate)

برای جلوگیری از تداخلات، باید آلندرونات را ۲ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از مکمل کلسیم مصرف کرد .

آلوپورینول (زیلوپریم)

به همراه غذا مصرف کنید، از افزودنی‌های ویتامین C پرهیز کنید اما مایعات زیاد مصرف کنید.

آلومینیوم ام جی اس

برای درمان زخم‌های گوارشی بهتر است بعد از غذا و یا قبل از خواب استفاده شود احتمال ایجاد یبوست با این فرآورده وجود دارد که می‌توان با مصرف فیبرهای گیاهی آن را کاهش داد

آمپی سیلین (آنتی بیوتیک)

بهتر است ۱-۲ ساعت قبل غذا مصرف شوند چرا که جذب آمپی سیلین با مصرف غذا کاهش می‌یابد.

آموکسی سیلین (آنتی بیوتیک)

وجود غذا در معده باعث کاهش جذب این دارو می‌شود، برای کاهش عوارض گوارشی ممکن است دارو همراه با غذا و یا شیر مصرف شود.

آنتی اسیدها

آنتی اسیدها را باید ۱-۳ ساعت پس از غذا و قبل از خواب مصرف کرده هم چنین زمانی که فرد مبتلا به فشارخون سراسایی کلیه یا بیماری قلبی است از آنتی اسیدهای حاوی سدیم نباید استفاده نماید.

باربیتورات (ضد صرع)

افزایش مصرف ویتامین C باعث کاهش دفع این دارو میشود.

پردنیزون (کورتیکواستروئیدها)

برای کاهش ناراحتی معده بهتر است با غذا یا شیر استفاده شود .

پزدو افدرین (ضد آسم)

ترکیبات اندول موجود در خانواده کلم، فلاوون‌ها در مرکبات و میوه‌ها و ترکیبات غذاهایی که مستقیماً با زغال تهیه می‌شوند سرعت متابولیسم را افزایش می‌دهند، مصرف همزمان گوشت قرمز کباب شده باعث کاهش اثر این داروها به علت افزایش متابولیسم دارو می‌شود.

پنی سیلامین (Penicillamine)

با معده خالی مصرف کنید. یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا و حداقل یک ساعت با هر گونه دارو، شیر یا غذایی فاصله داشته باشد

پنی سیلین (آنتی بیوتیک)

مصرف دارو همراه غذا جذبش را کاهش میدهد لذا بهتر است که این دارو ۱ ساعت قبل یا ۳ ساعت بعد از غذا مصرف شود. نوشابه های اسیدی یا آب میوه (به خصوص مرکبات) باعث تجزیه دارو میشوند و اثر بخشی دارو را کاهش می دهند با معده خالی مصرف شود

تتراسایکلین (Tetracycline)

فرآورده های لبنی باعث کاهش جذب این دارو می شود بنابراین این دارو باید با فاصله از مکمل کلسیم مصرف شود. بهتر است این دارو با معده خالی مصرف شود. نباید همراه با شیر-لبنیات و یا غذاهای غنی از آهن (گوشت جگر اسفناج و...) مصرف شوند زیرا یونهای فلزی کلسیم و منیزیم و آهن این غذاها با دارو ترکیب میشوند و کمپلکس نامحلولی ایجاد میشود که از بدن دفع میشود و با ازدست رفتن دارو و املاح بدن علاوه بر درمان نشدن بیماری د ر دراز مدت منجر به تهی شدن ذخائر املاح فرد میشود. با معده خالی و حداقل یک لیوان آب خورده شود

تریامترن (Triamterene)

با معده خالی یا با شیر بخورید تا ناراحتی معده را کاهش دهد. هنگام مصرف این دارو از مصرف غذاهای غنی از پتاسیم شامل موز، پرتقال و سبزیجات برگ سبز بپرهیزید

تئوفیلین (ضد آسم)

ترکیبات اندول موجود در خانواده کلم، فلاوون‌ها در مرکبات و میوه‌ها و ترکیبات غذاهایی که مستقیماً با زغال تهیه می‌شوند سرعت متابولیسم را افزایش می‌دهند، مصرف همزمان گوشت قرمز کباب شده باعث کاهش اثر این داروها به علت افزایش متابولیسم دارو می‌شود. عدم استفاده با نوشیدنی های کافئین دار به علت ایجاد تعریق، لرزش ، لکنت. در صورت اختلال مزاج، تئوفیلین را به همراه غذا مصرف کنید. آن راتئوفیلین نجوید یا خرد نکنید.

آن را به همراه یا بدون غذا و روزانه مصرف نمایید. از مصرف پیش از حد نوشیدنی‌های کافئین‌دار (چای، قهوه، نوشابه و شکلات) خودداری کنید.

جنتامایسین (Gentamicin)

مصرف بیش از حد آب‌میوه، دریافت کم پروتئین در رژیم غذایی و مصرف آنتی‌اسیدها باعث بازجذب بیشتر دارو توسط کلیه می‌شود (زیرا این دارو برای دفع نیاز به محیط اسیدی دارد)

داروی ضد افسردگی

کاهش مصرف پنیر، سس سویا و ماء الشعیر

داکسی سایکلین (Doxycycline)

با لبنیات یا آنتی‌اسیدها مصرف نشود

دیفن هیدرامین

اگر همراه با سبب، پرتقال یا گریپ فروت مصرف شود دسترسی کاهش می‌یابد. از مصرف این دارو با آب‌میوه خودداری شود. دارو باید بدون غذا مصرف شود.

دیگوکسین

سرعت جذب دیگوکسین همراه با غذا کاهش می‌یابد

دیورتیک‌های تیازیدی: (Thiazide Diuretics)

ممکن است دیورتیک‌های تیازیدی اتلاف کلسیم ادراری را (در نتیجه عملکرد کلیه‌ها) کاهش دهند. در نتیجه افرادی که از این داروهای مدر استفاده می‌کنند کمتر از افراد دیگر به مکمل کلسیم نیاز دارند.

سفالکسین (آنتی بیوتیک)

در صورت مصرف همراه شیر جذب دارو به ویژه در کودکان کاهش می یابد. با معده خالی یک ساعت قبل و یا دو ساعت بعد از غذا استفاده شود در صورت ناراحتی معده با غذا استفاده شود

سولفات نامیدها

با معده خالی مصرف شوند

سیپروفلوکساسین (آنتی بیوتیک)

آهن موجود در گوشت باعث کاهش جذب دارو و غلظت خونی آن می شوند. فرآورده های لبنی نیز باعث کاهش اثر دارو می شوند. مصرف مکمل کلسیم نیز باید با دو ساعت فاصله از این دارو باشد

سیکلوسپورین (تضعیف کننده سیستم ایمنی)

دارو در کسانی که به روغن کرچک حساسیت دارند منع شده است برای خوش طعم کردن شکل خوراکی دارو می توان آن را با شیر، شیرکاکائو یا آب میوه مخلوط کرد، برای به حداقل رساندن احتمال بروز تهوع می توان دارو را به همراه غذا مصرف کرد.

فلوکونازول (ضد قارچ)

در صورت مصرف با غذاهای چرب، بهتر جذب می شوند.

فنی توئین(ضد صرع)

مصرفش همراه یک منبع پروتئین(انواع گوشتها-تخم مرغ)به دلیل اتصال آلبومین به دارو موجب اختلال در روند جذبش میشود.همچنین اسید فولیک ودوزهای بالای ویتامینهای گروهBمانند پیریدوکسین(B۶)جذبش را کاهش میدهند.

فورزماید

پتاسیم و منیزیم غذا را افزایش دهید

کاپتوپریل(ضد فشارخون)

وجود غذا در معده باعث تأخیر در جذب می شود

کتوکونازول(ضد قارچ)

برای حل شدن وجذب نیاز به محیط اسیدی دارد لذا مصرفش همراه آب مرکبات مفید است.با معده خالی یا با شیر بخورید تا ناراحتی معده را کاهش دهد

کلاریترومایسین

اگر دچار مشکلات گوارشی شدید با غذا دریافت کنید از مصرف با غذاهای سیتروزی ، آب میوه های سیتروزی(پرتقال ، لیموشیرین، لیموترش) و نوشیدنی های کربناته(کولا) خودداری کنید

کلومی پرامین(ضد افسردگی، درمان اختلال وسواس)

استفاده جهت اثربخشی دارو تحت نظر پزشک در غیر این صورت عدم استفاده از آب گریپ فروت

کوتریموکسازول

با لبنیات یا افزودنی های آهنی استفاده نشود

کورتیکواستروئیدهای آدرنال

به همراه غذا مصرف شود

کلسترامین

همراه با آب میوه، شیر بدون چربی یا کم چربی، سوپ یا میوه مصرف کنید از رژیم غذایی کم چربی، کم کلسترول استفاده نمایید.

گریزوفلوئین (ضد قارچ)

در صورت مصرف شیر و یا غذاهای پرچرب جذبش بهتر صورت میگیرد.

لینزولید (هنگام ابتلا به عفونت های شدید ریوی و پوستی تجویز می شود)

مصرف زیاد تیرامین (منابع: پنیر، سس سویا و ماء الشعیر) با این دارو می تواند باعث افزایش شدید فشار خون شود

لیتیم

از مایعات و سدیم کافی استفاده کنید

مایکوستاتین (ضد قارچ)

در صورت مصرف باغذا جذبشان افزایش می یابد.

مترونیدازول (فلاژیل)

از مصرف مشروبات الکلی بپرهیزید (در استفاده از داروهای ضد سرفه، شربت‌ها یا دهانشویه‌های الکلی دار دقت کنید)
دریافت با غذا دسترسی را کاهش می دهد اما دریافت با غذا اثرات گوارشی را کاهش می دهد

مکمل آهن (فروس سولفات)

مصرف همزمان چای و قهوه، حبوبات، تخم مرغ و لبنیات با مکمل آهن (فروس سولفات)، آن را به صورت کمپلکس نامحلول در می آورند و مانع جذب آن می شوند

مکمل کلسیم

مصرف فیبرهای غلات، سبوس، حبوبات و اگرالاتریواس و اسفناج جذب قرص های کلسیم را کاهش می دهد

نیتروگلیسرین

با معده خالی دریافت شود

نیستاتین (ضد قارچ)

در صورت مصرف با غذا جذبشان افزایش می یابد.

هیدرالازین

به همراه غذا مصرف شود

وارفارین (ضد انعقاد)

مصرف این دارو باید به صورت یک بار در روز انجام شود و بهتر است همیشه سر ساعت معینی (معمولاً عصرها) با معده خالی و با یک لیوان کامل آب مصرف شود. مصرف این دارو باید به صورت منظم و همراه با آزمایش مکرر و منظم خون باشد.

مواردی که در خصوص این دارو بایستی رعایت شود:

عدم استفاده از زنجبیل زیرا باعث جلوگیری از لخته می شود

عدم استفاده از سیر بیش از یک حبه در روز زیرا باعث رقیق شدن خون و احتمال خونریزی می شود

عدم استفاده از پوست خیار زیرا حاوی ویتامین K می باشد

استفاده از رژیم کم چرب و عدم افزودن روغن به سالاد و هنگام پخت و پز زیرا روغن های نباتی آفتابگردان، کانولا، سویا و پنبه دانه از منابع غنی ویتامین K می باشند

عدم استفاده از چای سبز زیرا باعث خنثی شدن اثر وارفارین می گردد

عدم استفاده از فرآورده های حاوی سویا زیرا باعث کاهش اثر ضد لخته ای وارفارین می شوند

عدم استفاده از برگ های گیاه گزنه زیرا حاوی ویتامین K می باشد و باعث کاهش اثر وارفارین می شود.

عدم استفاده از منابع ویتامین K مانند سبزیجات در صورت استفاده از ۱۰۰ گرم جگر در روز

عدم استفاده از گریپ فروت و آب آن زیرا باعث افزایش خونریزی می شود

عدم استفاده از انبه و آب آن زیرا باعث افزایش اثر ضد لخته ای وارفارین و احتمال خونریزی می گردد.

عدم استفاده از زردچوبه و پیاز زیرا اثر ضد لخته ای دارند و باعث افزایش خونریزی می شوند.(مصرف پیاز به یک عدد کوچک در روز محدود شود).

تهیه کننده: فرزانه پوررضایی(کارشناس تغذیه)