

## تداخل غذا و دارو:

تداخل غذا و دارو زمانی اتفاق می افتد که غذایی که شما می خورید روی دارویی که خورده اید اثر کرده و این دارو نتواند اثر مورد نظر را داشته باشد.

## آیا همه داروها تحت تأثیر غذا هستند؟

همه دارو ها تحت تأثیر غذا نیستند، اما بسیاری از داروها میتوانند تحت تأثیر غذایی که می خورید و زمانیکه غذا می خورید باشد. برای مثال، خوردن بعضی از دارو ها همزمان با غذا روی جذب معده - روده ای دارو تأثیر می گذارد. غذاها ممکن است جذب دارو را به تاخیر انداخته یا کاهش دهند. برخی داروها باید با معده خالی گرفته شوند ( ۱ ساعت قبل از غذا یا ۲ ساعت بعد از غذا).

از طرف دیگر، تحمل برخی داروها با غذا راحت تر است. شما حتما از پزشک یا داروساز باید بپرسید که آیا دارو باید با معده خالی مصرف شود یا با غذا .

## حقایقی که باید در مورد تداخل غذا و دارو بدانید:

- حتما برچسب دارو را در هنگام تحویل بخوانید تا اگر چیزی را نمیدانستید از دکتر یا داروساز بپرسید.

- همه حقایق، هشدارها و تداخل های درج شده بر روی برگه داخل بسته دارو را بخوانید. حتی داروهای مسکن هم می تواند باعث مشکل شود.

- داروها را حتما با یک لیوان پر از آب بنوشید، مگر اینکه پزشک چیزی غیر از این گفته باشد. دارو را داخل غذا نریزید یا کپسول را باز نکنید (مگر اینکه پزشک به شما بگوید) زیرا که ممکن است تغییراتی در روش عملکرد دارو داشته باشد.

- قرصهای ویتامین را همراه داروهای دیگر نخورید برای اینکه اگر با برخی داروها مصرف شود ویتامینها و مواد معدنی باعث مشکل می شود.

- داروها را با نوشیدنی های داغ مخلوط نکنید برای اینکه گرما عملکرد دارو را تغییر می دهد

## آسپرین:

در افرادی که مبتلا به زخم معده و نقرس و آسم و کاهش

شنوایی هستند نباید مصرف شود. بهتر است با مایع زیاد یا غذا

مصرف شود تا معده را اذیت نکند. آسپرین سبب کمبود vitc می شود پس باید غذای حاوی vitc بیشتر مصرف شود. به علت دفع فولات ناشی از آسپرین باید مصرف مکمل های اسید فولیک توصیه شود. در مواقعی که آسپرین سبب آسیب مخاط می شود کم خونی ایجاد می کند. بیماری که آسپرین مصرف می کنند باید محدودیت مصرف ادویه داشته باشند.

## وارفارین:

بهتر است نیم ساعت قبل از غذا یا یک ساعت بعد از غذا مصرف شود. مصرف سبزی های برگ سبز و سویا و بستنی و غذاهای نیم سوخته سبب کاهش جذب وارفارین و کم شدن اثر آن می شود. (کاهو، اسفناج، کلم، شلغم، بروکلی، گل کلم) مصرف دوز بالای ویتامین E یا بیشتر ممکن زمان انعقاد خون را افزایش دهد و خطر خونریزی را زیاد کند. بیماری که وارفارین مصرف می کند باید مصرف یکنواخت سبزی داشته باشد. یعنی رژیم غذایی اش را تغییرات زیادی ندهد و کلا سبزیجات را حذف نکنند. زغال اخته سبب افزایش اثر وارفارین می شود.



## تداخل دارو و غذا

بیمارستان سوم شعبان دماوند

واحد تغذیه



بیمارستان سوم شعبان دماوند

۱۳۹۵

## آنتی اسید:

زمان مصرف یک ساعت قبل و ۳ ساعت بعد از غذاست . این داروها چون با بسیاری از داروهای دیگر تداخل اثر دارند نباید خودسرانه مصرف شوند.

## انسولین:

وعده های مصرف غذا باید مشخص باشد در این صورت هیچ وعده ای نباید حذف شود . بیمار باید از شیرینی جات و نوشابه های حاوی کافئین ( قهوه) پرهیز کند.

## تئوفیلین:

مصرف غذاهای پر کربوهیدرات سبب کاهش اثر تئوفیلین می شود. مصرف کافئین ( قهوه) باعث افزایش غلظت تئوفیلین می شود. عصبانیت، بی خوابی، نامنظمی ضربان قلب و مصرف غذای پر چرب سبب افزایش غلظت تئوفیلین می شود .  
لوزارتان و کاپتوپریل ( کنترل فشار خون ) دیگوسین ( درمان CHF): بعلت تداخل در متابولیسم کبدی مصرف همزمان باگریب فروت منع شده است.

## آدرس:

میلارد، جنب سینما پرستو(دانشگاه آزاد دماوند)

[www.sdmc.sbm.u.ac.ir](http://www.sdmc.sbm.u.ac.ir)

تلفن: ۰۲۶۳۱۹۷۸۱-۳

## تریامترن:

تریامترن سبب ذخیره پتاسیم می شود . با پزشک و کارشناس تغذیه در مورد مصرف میوهها مشورت نمائید . بیماران نباید جانشینهای نمک را مصرف کنند.

آتنولول - پروپرانول، متوپرولول: دریافت این داروها با غذا سبب افزایش اثر داروها می شود. آتنولول را با آب پرتقال نخورید.

کاپتوپریل، اناپریل، لیزینوپریل : توصیه می شود این داروها با مایعات کافی مصرف شوند و جانشین نمک همراه آن مصرف نشود.

آتوروستاتین، سیموستاتین، لووستاتین که با گریپ فورت مصرف نشود.

لوستاتین برای افزایش جذب باید بعد از غذا یا عصرانه خورده شود. این دارو سبب کاهش جذب ویتامینهای محلول در چربی می شود.

