

اغلب **تداخلات دارویی** زمانی رخ می دهد که فرد دارویی بدون نسخه را همراه با داروی تجویز شده توسط پزشک مصرف کند یا بدون آن که پزشک از مصرف داروهای قبلی مطلع باشد، داروهای جدید تجویز کند و با مصرف بیمار این تداخلات اتفاق می افتد.

بهتر است هشدارهای موجود در بروشور داروها توسط بیمار مطالعه شود و در صورت مصرف ناآگاهانه چند دارو، پزشک یا داروساز را در جریان قرار دهد تا اقدامات مورد نیاز انجام و از عواقب جبران ناپذیر آن پیشگیری شود.

یکی از مسائل دارو درمانی که به طور حتم باید مورد بررسی قرار بگیرد تداخل دارو با دارو و دارو با غذاست و هر چه تعداد دارو و یا مواد غذایی دریافتی بیشتر باشد تداخل دارویی - غذایی هم به همان نسبت افزایش می یابد. نوزادان و سالمندان بیشتر در معرض خطر تداخلات دارویی قرار دارند.

تداخلات دارو با دارو زمانی رخ می دهد که ۲ یا ۱ چند دارو با هم مصرف گردد و واکنش شیمیایی ایجاد شود؛

(۱) قرص های پیشگیری از بارداری می تواند اثر برخی آنتی بیوتیک ها را کاهش دهد.



(۲) در مصرف هم زمان داروی

و اسپری سالبوتامول باید دقت کافی به عمل آید و برای جلوگیری از بروز عوارض ناخواسته، فاصله زمانی مصرف باید رعایت شود. فاصله زمانی ۵ تا ۱۰ دقیقه در مصرف اسپری های تنفسی ضروری است.



(۳) برای مصرف داروهای بیماری اعصاب به دلیل تداخلات فراوان به طور حتم باید با داروساز مشورت کرد.

تداخل دارو با غذا بر اثر واکنش بین دارو و ه واد غذایی مصرفی به وجود می آید؛

(۱) فرآورده های الکل با بعضی از داروها می تواند باعث بروز خستگی و خواب آلودگی شود.

تداخلات غذا با دارو زمانی ایجاد می شود که ماده غذایی مصرف شده بر مواد مؤثر داروها یا برعکس اثر بگذارد و باعث تغییراتی در مقدار و زمان جذب داروها یا املاح بدن شود.



(۲) محصولات لبنی اثر ضد میکروبی تتراسایکلین را کاهش می دهد.

غذا بر اثربخشی داروها اثر است و دارو نیز باعث تغییر در سوخت و ساز غذا می شود؛

(۱) در بسیاری از موارد کافئین و سیگار ممکن است با دارو تداخل داشته باشد که به صورت کاهش اثر دارو و یا ایجاد عوارض جانبی بروز می کند.

(۲) مصرف برخی داروهای کاهنده فشار خون به همراه ترکیبات شیرین بیان، نوشابه های الکلی، ماهی، شکلات، پنیر و دیگر مواد غذایی ممکن است به دلیل وجود مواد آمینی باعث کاهش اثر دارو و در نتیجه افزایش فشار خون شود.

(۳) مصرف استامینوفن با مواد کربوهیدراتی نظیر بیسکویت، خرما و مربا، کمپلکس ایجاد می کند که ممکن است جذب دارو به تأخیر بیفتد.

(۴) با مصرف هم زمان کلسیم با غلات، سبوس، حبوبات و اسفناج، جذب کلسیم کاهش می یابد، بنابراین بهتر است مکمل های کلسیم با فاصله ۲ تا ۳ ساعت از غذا خورده شود.

(۵) مصرف هم زمان داروی قلبی دیگوکسین با شیر و لبنیات یا غذاهای حاوی کلسیم ممکن است آریتمی (نامنظم شدن ضربان قلب) ایجاد کند.

(۶) اگر هم زمان با مصرف داروهای تیروئید مانند لووتیروکسین و لیوتیرونین، کلم، چغندر یا سویا مصرف شود باعث افزایش اثر داروهای مؤثر بر کم کاری غدد می شود.



(۷) مصرف چند فنجان چای یا قهوه در افزایش اثر داروهای کورتونی و دگزامتازون مؤثر است.

(۸) داروی فروس سولفات که برای برطرف شدن کم خونی مصرف می شود، اگر با چای، قهوه و یا لبنیات میل شود باعث کاهش جذب دارو خواهد شد و بهتر است آن را با فاصله یک تا ۲ ساعت از این مواد استفاده کرد.



آشنایی با عوارض مصرف داروها با برخی از غذاها



بیمارستان گلديس شاهين شهر - واحد آموزش به بیمار

تهیه و تنظیم: صدیقه کماني - سوپروایزر آموزش سلامت

زمستان ۱۴۰۴ - کد پمفلت: OT- 01

۱۶) در صورت درمان با داروهای ضد افسردگی یا آنتی بیوتیک ها باید مصرف پنیر، سس سویا و ماءالشعیر را به دلیل داشتن تیرامین که باعث افزایش فشار خون می شود کاهش داد.

۱۷) شیرین بیان به دلیل داشتن ترکیبات خاص فشار خون را بالا می برد، به همین دلیل مصرف آن بروز عوارض ثانویه کورتونها نظیر پوکی استخوان و ورم را بیشتر می کند.



۱۸) از مصرف آنتی بیوتیک های خوراکی همراه با شیر به دلیل کاهش جذب آن پرهیز کنید.

دارو را نمی توان مانند بسیاری از کالاهای دیگر بر پایه توصیه افراد مختلف خریداری کرد و مورد استفاده قرار داد بنابراین برای حفظ سلامتی در مصرف دارو به طور حتم با داروساز یا پزشک مشورت کنید.

منبع: آموزش سلامت همگانی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
سایت بیمارستان: www.goldis.mui.ac.ir

۹) بهترین نوشیدنی برای افزایش جذب قرص آهن آب پرتقال است.

۱۰) مصرف سبزیجاتی نظیر کاهو، کلم و اسفناج به دلیل داشتن ویتامین K اثر داروی قلبی وارفارین را کاهش و پیاز سرخ شده باعث تشدید اثر این دارو می شود.

۱۱) مصرف داروهای ضد آسم مانند تتوفیلین و پزودوافدرین همراه با گوشت قرمز کباب شده باعث افزایش متابولیسم داروها و در نتیجه کاهش اثر آنها می شود.

۱۲) اگر داروهای ضد بارداری با مواد غذایی حاوی ویتامین B به طور هم زمان مصرف شود باعث کاهش جذب این ویتامین می شود.

۱۳) مصرف آسپرین باعث کمبود ویتامین C می شود بنابراین بهتر است این دارو همراه با آبمیوه های حاوی این ویتامین مصرف شود.

۱۴) داروهای آنتی اسید با کاهش جذب فسفر موجود در غذا باعث ایجاد علائم ضعف و خستگی، بی اشتها و کمر درد می شود، در نتیجه بیمارانی که آنتی اسید مصرف می کنند باید مقادیر زیادی از ترکیبات حاوی فسفر مانند گوشت قرمز استفاده کنند.

۱۵) مصرف داروهای مدر (ادرار آور) مانند فوروزماید باعث دفع پتاسیم می شود که برای جلوگیری از کاهش پتاسیم بهتر است در حین مصرف این داروها از مواد غذایی نظیر موز، انجیر، آلو خشک و سیب زمینی استفاده کرد.