

بسمه تعالی

تداخل غذا و دارو چیست؟ تداخل غذا و دارو زمانی اتفاق می افتد که غذایی که شما میخورید بر روی دارویی که میخورید، اثر کرده و دارو نمیتواند اثرات مورد نظر را داشته باشد.

در زیر لیستی از تداخلات غذایی و دارویی مرتبط با داروهای قلبی و فشار خون ذکر شده است:

### دیگوکسین:

داروی دیگوکسین را یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا مصرف کنید. سعی کنید دارو را روزانه در ساعت مشخصی بخورید. غذاهای پر فیبر مانند سبوس و سبزیجات زیست دسترسی دیگوکسین را برای بدن به میزان ۲۰٪ کاهش میدهد. بنابراین دیگوکسین را حداقل ۱ ساعت قبل یا بعد از خوردن غذاهای پر فیبر مصرف کنید.

- از مصرف دیگوکسین همراه با زالزالک اجتناب شود.
- گریپ فروت منجر به افزایش غلظت دیگوکسین میشود.
- از مصرف همزمان شیرین بیان و دیگوکسین خودداری کنید.
- در خصوص مصرف فراورده های گیاهی مانند (آلوئه ورا، زالزالک، جینسینک، شیرین بیان و ...) و مکمل کلسیم و همچنین مکمل ویتامین D در طول مصرف دیگوکسین احتیاط نمایید.
- دیگوکسین می تواند عوارض کاهش پتاسیم ناشی از مصرف داروی فوروزماید را تشدید کند، به همین دلیل همزمان با استفاده از دیگوکسین مصرف منابع غذایی حاوی پتاسیم مانند میوه جات و سبزیجات تازه توصیه میشود.

کاهش ذخایر منابع پتاسیم بدن موجب افزایش اثرات سمی این دارو می شود.

- این دارو را همراه با املاح کلسیم مصرف نکنید، زیرا باعث نامنظم شدن ضربان قلب می شود.
- پنیر، سبوس، پکتین و غذاهای حاوی کربوهیدرات فراوان موجب کاهش جذب دارو می شود.
- مصرف همزمان الکل و دیگوکسین منجر به نارسایی مغزی و در نهایت منجر به افسردگی می شود.

### استاتین ها (آتروواستاتین، لوواستاتین) و داروهای کاهنده

#### چربی خون:

- این داروها را با معده پر یا خالی میتوان مصرف کرد و اگر هنگام غروب خورده شوند موثر تر خواهد بود. (قرص لوواستاتین را با وعده شام مصرف کنید تا جذب آن افزایش یابد)
- از مصرف همزمان این داروها و مصرف آب گریپ فروت و مرکبات خودداری کنید .
- از مصرف همزمان الکل با این داروها پرهیز شود.
- مصرف همزمان فیبرهای خوراکی محلول که در انواع میوه ها و سبزیجات ، حبوبات و پودر پسیلیوم یافت می شود، پرهیز نموده و یا با فاصله حداقل ۲ ساعت از لوواستاتین مصرف نمایید.

### کاپتوپریل و moexipril:

- یک ساعت قبل از غذا و با معده خالی خورده شوند.

- از مصرف همزمان این دارو با شیرین بیان، گریپ فروت ، موز، شکلات، پنیر، انجیر، جگر، ماهی، ترشی، آناناس، ماست، نمک رژیمی، و مشروبات الکلی خودداری کنید.
- داروی کاپتوپریل ممکن است باعث تغییر حس چشایی شود
- محدودیت مصرف سدیم اهمیت دارد

### انالاپریل:

- غذا اثر کمی روی جذب دارو دارد.
- محدودیت مصرف سدیم اهمیت دارد.
- انالاپریل خوراکی ممکن است همراه غذا یا نوشیدنی مورد علاقه بیمار تجویز شود.
- مصرف الکل ممکن است اثرات کاهش فشار خون تجمعی ایجاد کند لذا از مصرف آن خودداری شود.
- این داروها می توانند مقدار پتاسیم را در بدن افزایش دهند؛ از خوردن مقادیر زیادی غذاهای حاوی پتاسیم مثل موز، کیوی، پرتقال، سبزیجات برگ سبز، جایگزین های نمک حاوی پتاسیم و مکمل های حاوی پتاسیم خودداری کنید.
- سایر داروها را می توانید بدون توجه به ساعات غذا مصرف کنید.
- مقدار کافی مایعات بنوشید .

### آنتولول:

- آنتولول با ترکیبات شیرین بیان، نوشابه های الکلی، مالت، شکلات، ماهی، جگر، پنیر، آناناس، اثر خود را از دست میدهد؛ چون این ترکیبات حاوی آمین هستند که فشار خون را افزایش می دهند.
- مصرف همزمان آنتولول با آب پرتقال باعث کاهش اثر دارو می شود.
- رژیم غذایی بایستی کم نمک باشد.



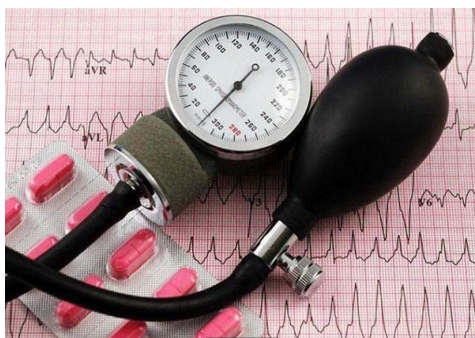
## بیمارستان شهید محمد منتظری

### نجف آباد

### واحد تغذیه

## تداخلات غذا و دارو در داروهای

### قلبی و فشار خون



تاریخ تدوین: ۱۴۰۰/۱۲/۲۱

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۹/۲۲

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۷/۰۹/۰۱

کد: MH.BR.PE.NUT.۲۸۰

- منابع غذایی حاوی پتاسیم شامل: مرکبات، طالبی، سیب زمینی، قارچ، بامیه، زردآلو، انگور، در رژیم غذایی گنجانده شوند.

#### تریامترن:

- در زمان استفاده از داروی تریامترن از مصرف بیش از اندازه منابع غنی از پتاسیم (کیوی، پرتقال، سبزیجات برگ سبز و جایگزین های نمک حاوی پتاسیم) خودداری کنید.
- فاصله مناسب در مصرف همزمان تریامترن و منابع کلسیم یا مکمل های کلسیمی می بایستی رعایت گردد.
- داروهای دیورتیک را بهتر است با معده خالی مصرف نکنید؛ بهتر است به همراه شیر مصرف کنید. بعضی دیورتیک ها ممکن است باعث کمبود برخی مواد معدنی مانند پتاسیم کلسیم و منیزیم شود.

#### اسپیرونولاکتون (آلداکتون):

- در زمان استفاده از داروی تریامترن از مصرف بیش از اندازه منابع غنی از پتاسیم (کیوی، پرتقال، سبزیجات برگ سبز و جایگزین های نمک حاوی پتاسیم) خودداری کنید.
- برای کاهش تحریکات گوارشی و به حداقل رساندن یا پیشگیری از تهوع، دارو را همراه غذا و شیر یا بعد از آن مصرف کنید.
- سدیم مصرفی مانند: نمک و غذاهای کنسروی و بسته بندی شده را محدود کنید.
- غذاهای غنی از پتاسیم و جانشین های نمکی پتاسیم و مکمل های پتاسیم خطر افزایش پتاسیم را بیشتر میکند. لذا تنظیم رژیم غذایی زیر نظر پزشک ضروری میباشد.

- غذاهای حاوی کلسیم مانند لبنیات یا مکملهای کلسیم باعث کاهش جذب داروی آتنولول میشود.
- ایجاد فاصله در صورت مصرف همزمان کلسیم و داروی آتنولول ضروری است.

#### پروپرانول:

- غذاهای حاوی پروتئین بالا ممکن است غلظت سرمی داروی پروپرانول را افزایش دهد.
- جذب دارو همراه با غذا افزایش می یابد لذا باید دارو همراه با غذا مصرف شود.
- از مصرف الکل پرهیز شود، زیرا الکل اثرات سست کننده پروپرانول را افزایش می دهد.
- از مصرف همزمان هیدروکسی آلومینیوم و مکملهای حاوی آن با این دارو پرهیز شود؛ زیرا هیدروکسی آلومینیوم جذب داروی پروپرانول را کاهش می دهد.

#### متورال (متوپرولول):

- ترکیبات شیرین بیان، نوشابه الکلی، شکلات، انجیر، ماهی، جگر، ترشی، مخمر، ممکن است باعث کاهش اثر داروی متورال شود
- آب گریپ فروت باعث افزایش غلظت سرمی دارو و عوارض جانبی می گردد.
- متورال بایستی همراه یا بلافاصله بعد از غذا خورده شود.

#### هیدروکلروتیازید:

- ممکن است باعث افزایش قند خون شود.
- ممکن است باعث افزایش کلسیم خون شود؛ بنابراین از مصرف منابع سرشار از کلسیم پرهیز نمایید
- فاصله مناسب در مصرف همزمان این دارو و منابع کلسیم یا مکملهای کلسیم می بایستی رعایت گردد.
- مصرف شیرین بیان میتواند اثر دارو را خنثی کند.