



بیمارستان برکت امام خمینی میانه

نکات تغذیه ای و تداخلات غذایی در دارودرمانی کووید- ۱۹



سیده فریبا محفوظی-کارشناس تغذیه

تاریخ تهیه : پاییز 1400

BAREKAT-C-PAM

نمونه مواد غذایی حاوی فولیک اسید عبارتند از: حبوبات، تخم مرغ، سبزیجات، چغندر، مرکبات، کلم بروکسل، کلم بروکلی، آجیل، جوانه گندم، موز و غلات غنی شده. توصیه می شود این دارو با دیگر داروهای آنتی اسید مانند رانیتیدین و نیز اتیدین نیز استفاده نشود.

فاوپیرواویر Favipiravir

افزایش آنزیم های کبدی، مهمترین عارضه جانبی شدید فاوپیرواویر می باشد. در صورتی که آنزیم های کبدی به میزان بیش از 5 برابر نرمال افزایش یافت و علائم بالینی آسیب کبدی شامل تهوع، استفراغ، درد شکم، بی اشتهاپی و زردی به همراه افزایش همزمان بیلی روبین بیشتر از 3 میلی گرم بر دسی لیتر و افزایش INR اتفاق افتاد توصیه می شود فاوپیرواویر قطع شود. عارضه مصرف آن در زنان باردار ممنوع است. شیردهی در طول درمان با فاوپیرواویر منع شده است. این دارو تداخل اثر با داروهایی از جمله هیدروکسی کلروکین، دیگوکسین، هیدروکورتیزون و بروفن دارد.

ناپروکسن Naproxen

توصیه می شود ناپروکسن همراه با غذا یا شیر مصرف شود. از مصرف همزمان ناپروکسن با قهوه، چای، کولا، نوشیدنی های انرژی زا یا سایر منابع کافئین دار خودداری گردد.

دگزامتازون Dexamethasone

دگزامتازون نوعی کورتیکواستروئید است. اگر از فرم خوراکی دگزامتازون استفاده می شود، بهتر است همراه با غذای مایع یا نیمه جامد مصرف گردد. به هنگام مصرف این دارو، محدود کردن مصرف غذاها و نوشیدنی های حاوی کافئین نظیر نوشابه کولا، نوشابه های انرژی زا، قهوه، چای و شکلات بویژه شکلات تلخ توصیه می شود. کورتیکواستروئیدها ممکن است باعث هیپوناترمی (افزایش سدیم خون)، هیپوکالمی، احتباس مایعات و افزایش فشار خون شوند. در صورت بروز هر یک از این عوامل باید تمهیدات تغذیه ای مربوطه صورت پذیرد.

فاموتیدین Famotidine

به دلیل اثر کاهندگی این دارو در ترشح اسید معده، ممکن است جذب ویتامین B12 و آهن خون کاهش یابد. لذا بهتر است بر روی مقدار دریافت آهن و B12 در صورت مصرف طولانی مدت این دارو، نظارت شود. همچنین گفته شده است که اختلال در جذب مس و فولیک اسید نیز با مصرف این دارو ایجاد می شود. لذا پیشنهاد شده است که بهترین زمان مصرف این دارو بلافاصله قبل از خواب و 2 تا 3 ساعت بعد از غذا باشد. از طرفی توصیه می شود دریافت مواد غذایی حاوی آهن، فولیک اسید و مس تا حدی افزایش یابد تا از کمبود احتمالی آنها جلوگیری شود.

استامینوفن Acetaminophen

مصرف همزمان استامینوفن با فرمولاهای حاوی پکتین و منابع غذایی آن از جمله سیب و هویج سبب اختلال در جذب این دارو و افزایش زمان رسیدن به اثربخشی دارو در بدن می شود. همچنین مصرف الکل با استامینوفن سبب خونریزی از دستگاه گوارش و آسیب شدید کبدی خواهد شد.

Interferon alpha/Beta

اینترفرون آلفا/بتا

برنامه تزریق اینترفرون ها یک روز درمیان بصورت زیرجلدی است و مکانیسم اثر آن افزایش پاسخ ایمنی می باشد. عوارض اینترفرون آلفا سندرم Flue Like، تهوع و استفراغ، خشکی دهان، بی اشتها، درد شکم، اسهال، تغییر حس چشایی و کاهش وزن می باشد. برای کاهش علائم می توان از استامینوفن استفاده کرد. در طول مصرف اینترفرون آلفا از مصرف الکل اجتناب شود. در صورت استفاده از اینترفرون آلفا باید مایعات فراوان نوشیده شود. از عوارض گوارشی اینترفرون بتا می توان به تهوع، درد شکمی و خشکی دهان اشاره کرد. بکارگیری تمهیدات تغذیه ای در کنترل این عوارض می تواند به تحمل بهتر بیمار کمک کند.

ایبوپروفن Ibufrofen

هنگامی که این دارو همراه غذا مصرف شود سرعت جذب آهسته ترمی شود. بنابراین با معده خالی، حدود یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا تجویز می شود. در صورت بروز علائم عدم تحمل گوارشی، توصیه می شود ایبوپروفن همراه با غذا یا شیر مصرف شود. قرص بروفن بهتر است با یک لیوان آب میل شود و به مدت - 30 15 دقیقه از دراز کشیدن بعد از مصرف دارو خودداری شود.

Heparin هپارین و

Enoxaparin انوکساپارین

با توجه به اینکه انوکساپارین و هپارین ضد انعقاد محسوب می شوند، در طول درمان با این داروها از مصرف انواع کلم، اسفناج و جعفری اجتناب شود. پرهیز اکید از مصرف مرکبات به ویژه گریپ فروت و آب آن در زمان درمان با این داروها توصیه می شود.

یکی از مسایل مهم در افزایش اثربخشی داروها در بیماری های مختلف، آگاهی تیم درمان و البته بیماران از تداخلات دارو با مواد غذایی میباشد چرا که با رعایت تغذیه درست می توان تاثیرات دارو را در درمان بیماری افزایش داد و سریعتر به نتیجه رسید.

در ارتباط با کووید 1- 9، با توجه به دستورالعمل های کنونی و معرفی تعدادی از داروهای مصرفی در این بیماری، برخی نکات تغذیه ای در این مجموعه مورد توجه قرار گرفته است.

لازم به ذکر است که برخی از این داروها دارای عوارض گوارشی بوده که عمدتاً با تمهیدات تغذیه ای قابل کنترل می باشد.

Azithromycin آزیترومايسين

در صورتیکه این دارو در بهبود علائم کووید 19 مورد استفاده قرار گیرد، مصرف مکمل های حاوی آلومینیوم، منیزیم، کلسیم، آهن و روی باید 2 ساعت قبل یا بعد از مصرف این آنتی بیوتیک باشد چراکه این مواد مغذی با این دارو تداخل در جذب دارند.