

تداخل دارو و غذا گاه مطلوب و گاهی ناخواسته است. پاسخ های ناخواسته حتی ممکن است منجر به عدم کنترل بیماری گردد. امروزه برخی بیماران در مورد کاهش اثربخشی داروها، ناراضی هستند. با وجود اینکه عوامل متعددی در این امر موثرند، از نکات مهم و قابل توجه، تداخل دارو یا انواع غذاهای مختلفی است که بیمار بدون آگاهی آنها را همراه با داروها مصرف می کند.

آنالاپریل:

یک رژیم غذایی کم سدیم و کم پتاسیم به این افراد توصیه می شود. به عبارتی بهتر است منابع غذایی سرشار از پتاسیم و سدیم مانند: مرکبات، موز، طالبی، سیب زمینی، قارچ، بامیه، زردآلو، انگور، نمک و انواع کنسروها کمتر مصرف شود.



فروزماید، هیدروکلروتیازید، کلروتیازید:

- غذا موجب کاهش زیست فراهمی و کاهش اثرات دیورتیکی دارو می شود. غذا جذب دارو را به تاخیر می اندازد. با این حال برای کاهش احتمال تحریک معده ممکن است همراه غذا و شیر مصرف داده شود.

- به منظور کاهش یا پیشگیری از تخلیه پتاسیم، ممکن است خوردن روزانه غذاهای غنی از پتاسیم مانند موز، پرتقال، هلو، و خرما تجویز شود.

- به بیمار توصیه کنید از جایگزینی مایعات از دست رفته یا مقادیر زیاد آب اجتناب کند.

- مصرف الکل اثر مدردی و کاهش فشار خون را افزایش می دهد.

نیترو گلیسین:

- با آب و شکم خالی مصرف نشود. عوارض جانبی شامل سردرد، تهوع، استفراغ و خشکی دهان.

- هنگام استفاده از پرل زبانی تا زمانی که پرل کاملاً باز نشده از خوردن و نوشیدن و استعمال دخانیات خودداری شود.

- اگر دهان بیمار خشک است، قبل از مصرف پرل یک لیوان آب بنوشید.

- مصرف الکل ممکن است اثر کاهش فشار خون را افزایش دهد.

آنتولول:

قهوه یا چای زیاد می تواند باعث کاهش یا بی تاثیری در زیست فراهمی دارو شود. لذا باید دوز دارو بالا برده شود.

آسپرین:

- این داروها موجب کاهش فشار خون و ضربان قلب می شوند. از مصرف همزمان آن با فراورده های شیرین بیان اجتناب شود. در صورت مصرف مکمل کلسیم (کلسیمین) این دارو 2 ساعت قبل یا 6 ساعت بعد از مصرف مکمل باید مصرف شود.

- بهتر است این دارو بعد از غذا مصرف شود و لی قرص های میکرو کوند (دارای پوشش روده ای) را می توان با معده خالی هم مصرف نمود.

- رژیم غذایی بدون لاکتوز اثر دارو را زیاد می کند.

- کافئین ممکن است جذب دارو را افزایش دهد لذا مریض باید پایش شود.

- مصرف الکل خطر خونریزی گوارشی را افزایش می دهد، لذا از مصرف همزمان جلوگیری شود.





وزارت بهداشتی درمانی و رفاه اجتماعی
جمهوری اسلامی ایران

بیمارستان برکت امام خمینی میانه

تداخل غذا با داروهای فشار خون



تهیه و تنظیم :

سیده فریبا محفوظی- (کارشناس علوم تغذیه)

کد: BAREKAT- C-PAM

تاریخ تدوین: 98/4/3

تاریخ بازنگری: پاییز 1400

منابع: معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

پروپرانولول:

- این داروها باعث کاهش ضربان ضربان قلب می شوند. این داروها بهتر است همراه با غذا و یا بلافاصله بعد از غذا مصرف شوند.

- 2 ساعت قبل تا 6 ساعت بعد از مصرف ، آب پرتقال و مکمل کلسیم نخورند.

- از مصرف همزمان فراورده های شیرین بیان با این دارو خودداری شود.

- جذب دارو همراه غذا افزایش میابد لذا دارو با غذا مصرف می شود.

- از مصرف الکل پرهیز شود، زیرا الکل اثرات سست کننده دارو را افزایش می دهد.

وارفارین:

دریافت زیاد کلم، کاهو، سیر و سبزیجات حاوی ویتامین K و نیز مکمل ویتامین K با وارفارین تداخل دارد.

دیگوکسین:

- این دارو سبب تخلیه پتاسیم می شود به ویژه اگر با فروزماید مصرف شود. به همین دلیل مصرف منابع غذایی حاوی پتاسیم مانند مرکبات، موز، طالبی، سیب زمینی، قارچ، بامیه، زردآلو و انگور توصیه می شود.

- همراه با املاح کلسیم مصرف نشود، زیرا باعث آریتمی شدید می شود.

- گلیکوریس (ماده موجود در شیرین بیان) هیپو کالمی را القاء کرده و موجب سمیت دارو می شود.

- پنیر، سبوس، پکتین، و غذاهای حاوی کربوهیدرات فراوان موجب کاهش جذب دارو می شوند.

- مصرف الکل دپرسیون CNS را افزایش می دهد.

- از مصرف مقادیر زیاد مواد حاوی کافئین پرهیز شود.

نیفدیپین:

این دارو در درمان فشار خون و درد قفسه سینه به کار می روند. کاهش منابع سدیم و کلسیم همچون نمک کنسروها(رب گوجه فرنگی و ...) لبنیات و کلم به این افراد توصیه می شود. مصرف فراورده های شیرین بیان، نوشیدنی های حاوی کافئین(چای و قهوه) و گریپ فروت محدود شود.