

## بسمه تعالی

تداخل غذا و دارو زمانی اتفاق می افتد که غذای موردنظر روی دارویی که خورده شده اثر گذاشته و این دارو نتواند اثر مورد نظر خود را در بدن داشته باشد؛ بدین ترتیب کارایی دارو کاهش یا بر سمیت آن افزوده می شود.

بهترین نوشیدنی جهت خوردن دارو آب می باشد؛ به استثناء آهن که بهتر است با منابع حاوی ویتامین C نظیر: آب پرتقال و مرکبات، آب گریپ فروت و گوجه فرنگی خورده شود.

دارو را با نوشیدنی داغ مخلوط نکنید زیرا گرما عملکرد دارو را تغییر می دهد.

دارو را داخل غذا نریزید یا کپسول را باز نکنید.

در ادامه، تداخلات غذاها با برخی داروهای پرمصرف بیمارستان آورده شده است:

❖ داروهای کاهنده چربی خون (آتورواستاتین، لوواستاتین ، سیمواستاتین): عدم مصرف با آب گریپ فروت و مرکبات

❖ کاهنده های فشارخون ( لوزارتان ، فوروزوماید ، کابتوپریل ): عدم مصرف با گریپ فروت

### ❖ آسپرین:

منابع غذایی غنی از آهن همچون گوشت قرمز، تخم مرغ و سبزیجات برگ سبز اثر این دارو را کاهش میدهند. از مصرف فراوان سیر، زنجبیل، شیرین بیان، شنبلیله، ادویه و چای سبز بصورت همزمان پرهیز گردد.

### ❖ سیپروفلوکساسین ، تاوانکس ، تتراسایکلین:

عدم مصرف شیر و فرآورده های لبنی 2ساعت قبل از مصرف قرص تا 4 ساعت بعد از آن

### ❖ وارفارین:

کاهش مصرف غذاهای غنی از ویتامین K مانند: سبزیجات برگ سبز (اسفناج پخته، کرفس، کاهو، بروکلی)، زنجبیل، سیر، خیار با پوست، سویا، چای سبز، جگر، گریپ فروت، انبه، پیاز، زردچوبه و فرآورده های پروبیوتیک

❖ کاهنده های قند خون متفورمین ، گلی بن کلامید و انسولین:

علاوه بر 3 وعده ی اصلی، 2 میان وعده ی سبک میل شود. وعده های اصلی و میان وعده ها و داروها هر روز در ساعت معینی مصرف شود.

### ❖ هیدروکورتیزون و پردنیزولون:

کاهش مصرف نمک

افزایش مصرف غذاهای غنی از پتاسیم مانند موز، طالبی، سیب زمینی، گوجه فرنگی، بروکلی افزایش مصرف غذاهای غنی از کلسیم مانند: شیرولبنیات

### ❖ تئوفیلین:

کاهش مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین (قهوه، چای پررنگ و نوشابه) کاهش مصرف غذاهای کباب شده و فرآورده های پروتئینی

### ❖ MAOI ( ترانیل سیرامین ، ایزوگربوکسازید ،

### فنلزین ):

عدم مصرف منابع حاوی ترامین (پنیرکهنه، نوشیدنی های حاوی الکل، شکلات، مخمر، جگر، سوسیس و کالباس، سس سویا، ماهی، لوبیا و..)

بیمارستان تخصصی شهید رجایی

## تداخلات غذا و دارو



تهیه و تنظیم - سال :

منیره نصیریان راد - 1401

مسئول واحد تغذیه

گروه هدف: بیماران

منبع: اصول تغذیه کراوس و تداخلات دارو و غذا

کد پمفلت : RH.PM1. N3

❖ اسپرونولاکتون ، تریامترن و آنالاپریل:

عدم مصرف همزمان با منابع غذایی پر پتاسیم  
مثل موز، کیوی، پرتقال، اسفناج، سیب زمینی،  
مرکبات و سبزیجات برگ سبز

❖ دیگوکسین:

عدم مصرف باگریپ فروت، شیرین بیان و زالزالک  
عدم مصرف همزمان با غذاهای حاوی فیبر زیاد  
مانند سبزیجات و سبوس و پروتئین زیاد مانند  
گوشت ها، لبنیات و تخم مرغ  
این دارو سبب تخلیه پتاسیم میشود به ویژه اگر  
با فروزماید مصرف شود به همین دلیل مصرف  
منابع غذایی حاوی پتاسیم مانند میوه جات  
وسبزیجات تازه توصیه میشود.

❖ تمام داروهای اعصاب و روان:

عدم مصرف با نوشیدنی های حاوی کافئین،  
قهوه، چای و الکل

❖ سیاهدانه:

تداخل با آنالاپریل، کاپتوپریل، فلوکسامین، فلوکستیر

❖ اسفرزه:

تداخل با وارفارین، آهن، دیگوکسین و لیتیوم

❖ مکمل کلسیم:

عدم مصرف همزمان با فیبرهای غلات، سبوس،  
حبوبات، ریواس و اسفناج

❖ مکمل آهن:

عدم مصرف با چای و قهوه، حبوبات، تخم مرغ،  
لبنیات، قرص و شربت های آنتی اسید معده

❖ آنتول، کاپتوپریل و متورال:

عدم مصرف همزمان با آب گریپ فروت، شیرین  
بیان، موز، نوشابه الکلی، شکلات، انجیر، ماهی،  
جگر، ترشی و مخمر

❖ هیدروکلروتیازید، پروپرانولول، متوپرولول،

آنتول، کارودیول:

عدم مصرف همزمان با شیرین بیان

❖ کلونیدین و متیل دوبا:

عدم مصرف همزمان با شیرین بیان و شنبلیله

❖ فنوباریتال، فنی توئین، پریمیدون، لورازپام و

آلپرازولام، فلوکستین و سرتالین:

عدم مصرف همزمان با آب گریپ فروت