

ترکیب مرگ آورا

معمولا رایج ترین سؤالی که بیماران در مورد نحوه مصرف دارویشان می‌پرسند، این است که این دارو باید با غذا یا بدون غذا مصرف شود؟



معمولا رایج ترین سؤالی که بیماران در مورد نحوه مصرف دارویشان می‌پرسند، این است که این دارو باید با غذا یا بدون غذا مصرف شود؟

در بیشتر موارد، به محض مشاهده بسته‌بندی یا منبع اطلاعات دارو، داروساز درمی‌یابد که بیشتر داروهای مورد سؤال ممکن است بدون توجه به وعده‌های غذایی تجویز شوند؛ هرچند، برخی فرآورده‌های غذایی با ویتامین‌ها یا مواد معدنی، غنی می‌شوند که می‌تواند با داروهای خاصی تداخل کند.

تمام تداخلات دارویی صرفا مربوط به تداخلات داروهای نسخه‌ای (RX) و غذا نیستند؛ داروهای بدون نسخه (OTC) اصولا خطرناک‌تر بوده زیرا این داروها بدون توجه به تداخلات همراه غذا مصرف می‌شوند.

دکتر هادی مدنی، داروساز در این خصوص به همشهری گفت: آب، بهترین آشامیدنی است که می‌توان همراه دارو استفاده کرد. البته در رابطه با ترکیبات آهن استتثنا وجود دارد بهترین آشامیدنی برای افزایش جذب قرص آهن، آب پرتقال است (آشامیدنی‌های حاوی ویتامین C مثل عصاره مرکبات، گوجه‌فرنگی و آب گریپ فروت باعث افزایش جذب آهن می‌شوند). تحقیقات نشان داده با مصرف ویتامین C جذب آهن چندین برابر می‌شود.

گریپ فروت را حذف کن!

متخصصان تغذیه هشدار می‌دهند که آب گریپ فروت و سایر محصولات و فرآورده‌های این میوه و همچنین برخی از مرکبات خاص ممکن است با بعضی از انواع داروهای تجویزی که روزانه مصرف می‌کنید، تداخل ایجاد کرده و گاهی اوقات پیامدهای خطرناکی داشته باشند.

دکتر مدنی می‌گوید: این تداخلات را بی‌اهمیت و ناچیز نپندارید، چون در برخی از موارد ممکن است سبب بروز مشکلات بهداشتی خطرناک شوند. به همین دلیل متخصصان توصیه می‌کنند در صورتی که از داروهای تجویزی استفاده می‌کنید، پیش از مصرف گریپ‌فروت یا مرکبات دیگر حتما باید با پزشک خود مشورت کنید. شاید حتی مجبور باشید که گریپ‌فروت را از رژیم غذایی خود حذف کنید. نکته مهم دیگری که باید به خاطر داشته باشید، این است که حتی اگر زمان مصرف دارو و گریپ فروت متفاوت باشد، باز هم نمی‌تواند از این تداخل جلوگیری کند. این متخصص می‌افزاید: گریپ فروت و برخی از مرکبات حاوی مواد شیمیایی خاصی هستند که با آنزیم‌های تجزیه‌کننده داروهای خاص در دستگاه گوارش بدن مداخله می‌کنند. در نتیجه دوز بیشتری از دارو در بدن باقی می‌ماند و این امر عوارض جانبی و پیامدهای نامطلوبی می‌تواند برای بدن داشته باشد.

گریپ‌فروت حاوی ترکیباتی است که هم تشکیل پلاک‌های آترواسکلروز را کاهش می‌دهد و هم تکثیر سلول‌های سرطانی را مهار می‌کند. با وجود این، برخلاف سایر مرکبات با بسیاری از داروها تداخل دارد؛ به‌خصوص که همراه صبحانه مصرف شود. این تداخل از طریق مهار یکی از انواع سیستم‌های آنزیمی در کبد و دیواره روده اعمال می‌شود. این سیستم در کبد 30 درصد و در سلول‌های اپتیلیال روده کوچک 70 درصد از کل سیستم آنزیمی موجود در آن قسمت را تشکیل می‌دهد. براساس تحقیقات انجام شده آب گریپ‌فروت یا میوه گریپ فروت بر جذب و متابولیسم داروها مؤثر بوده و باعث افزایش غلظت سرمی دارو و ایجاد عوارض جانبی می‌شود.

قرص‌های ضدبارداری‌های خوراکی حاوی استروژن نیز با عصاره گریپ‌فروت تحت‌تأثیر قرار می‌گیرند، سطوح سرمی آنها تنها به میزان متوسطی هنگام مصرف همزمان عصاره گریپ فروت افزایش می‌یابد. ضدافسردگی‌ها نیز با عصاره گریپ فروت تحت‌تأثیر قرار می‌گیرند.

تداخل بالقوه قابل توجه دیگر گریپ فروت با سرکوبگر ایمنی تاکرولیموس (prograf) است. این دارو اغلب به‌دنبال پیوند عضو مصرف می‌شود. به واسطه توانایی عصاره گریپ‌فروت در مهار متابولیسم تاکرولیموس، اجتناب از مصرف عصاره

گریپ فروت طی درمان توصیه می‌شود.

یک لیوان آب، بی‌خطرترین نوشیدنی!

بی‌خطرترین چیز جهت مصرف داروها، یک لیوان بزرگ آب است. رژیم‌های غذایی رایج روز ممکن است تداخلات جدیدی بیاورد که شناخته نشده‌اند. به‌عنوان مثال، عصاره انار به شکل فزاینده‌ای مصرف می‌شود و پیامدهایی مشابه عصاره گریپ‌فروت را نشان داده است. تاکنون، هیچ تداخلات دارویی به‌صورت مستقیم به آن مربوط نشده است اما این عصاره باید به‌عنوان یک مقصر بالقوه در نظر گرفته شود. هرچا که ممکن باشد، داروسازان باید دستورالعمل‌های تجویز دارو را برای هر بیمار تعیین کنند. در مواردی که غذاها یا آشامیدنی‌های خاصی مشخص شده‌اند که بر درمان تأثیر می‌گذارند، داروساز باید ارتباط بالینی را اگر چیزی وجود داشته باشد، مشخص کرده و به‌صورت مناسب به بیماران توصیه کند. بسیاری از داروها با الکل و مکمل‌های غذایی نیز تداخل دارند. بنابراین برای داروساز مهم است که یک سابقه رژیم غذایی دقیق را جهت تشخیص اینکه آیا بیماران به مشاوره اضافی در مورد تجویز دارو نیاز دارند یا نه، به دست آورد