

Szpital Uniwersytecki nr 2 im. dr Jana Bizuela w Bydgoszczy

Opakowania suplementów diety oraz leków bardzo rzadko lub wcale nie zawierają informacji o interakcjach, jakie mogą wystąpić podczas stosowania danego specyficznego środka spożywczego z lekami przepisywanymi na receptę, dostępnymi bez recepty oraz suplementami. Nieprawidłowy proces leczenia, zwiększone ryzyko wystąpienia działań niepożądanych – to możliwe konsekwencje równoległego stosowania suplementów diety, leków oraz wybranych składników żywności. Powszechna dostępność różnorodnych suplementów, które są prezentowane w superlatywach, sprawia, że są chętnie nabywane w przekonaniu o ich właściwościach wzmacniających. Ich przyjmowanie bywa nieuzasadnione lub są stosowane w zbyt dużych ilościach, co może być niebezpieczne dla zdrowia, w szczególności gdy towarzyszą określonej terapii. Suplementy diety oraz składniki żywności mogą zmieniać działanie stosowanych leków, np. poprzez zmniejszenie wchłaniania antybiotyków, leków przeciwdrgawkowych, preparatów kardiologicznych i wielu innych, a także zwiększenie ich wydalania lub zaburzenie metabolizmu oraz wystąpienie wielu innych działań niepożądanych. W poniższym kompendium zebraliśmy najważniejsze informacje o interakcjach dla Państwa.

1

1. Interakcje najczęściej stosowanych leków z żywnością w wybranych jednostkach chorobowych.

LEKI STOSOWANE W CHOROBYCH UKŁADU SERCOWO – NACZYNIOWEGO

Nazwa leku		Interakcje ze składnikami żywności i ich skutki
Międzynarodowa	Przykłady nazw handlowych	
Antagoności receptorów β-adrenergicznych		
Metoprolol	BETALOC METOCARD METOPROLOL	Pośliki bogatotłuszczowe (takie jak smażone jajka, bekon, masło, pełnotłuste mleko, smalec) przyspieszają i zwiększają wchłanianie leku z przewodu pokarmowego Skutek: ryzyko zwolnienia czynności serca, zaburzeń rytmu serca, spadku ciśnienia tętniczego, niewydolności serca
Oksprenolol	CORETAL	
Poropanolol	PROPLANOLOL	
Bizoprolol	BISOCARD CONCOR CORECTIN	
Blokery kanału wapniowego		
Amlodipina	AMLOPIN AMLOZEK CARDILOPIN NORVASC	Sok grejpfrutowy (flawonoidy, naringerina, quercetina, kampferol, furanokumaryny) zmniejsza metabolizm blokerów kanału wapniowego Skutek: spadek ciśnienia, zaczerwienienie twarzy, ból głowy
Felodypina	AURONAL PLENDIL	
Nifedypina	ADALAT CORDAFEN CORDIPIN	
Nimodypina	NIMOTOP	
Nitrendipina	BYPRESS NITRENDYPINA	
Werapamil	ISOTOPIN LEKOPTIN STAVERAN	
Diuretyki pętłowe		
Furosemid	FUROSEMIDUM	Lukrecja obecna w cukierkach i tabletkach wykrztuśnych, wzmacnia działanie diuretyków pętlowych nasilając wydalanie potasu przez nerki Skutek: Osłabienie, skurcze i bóle mięśni, porażenia, zatrzymanie krążenia
Diuretyki tiazydowe		
Hydrochlorotiazyd	DYSALUNIL	Pod wpływem przyjmowania diuretyków tiazydowych dochodzi do

	HYDROCHLORO- THIAZYDUM TIALORID	zmniejszenia poziomu witamin z grupy B w surowicy krwi (zwłaszcza witaminy B6 i kwasu foliowego) Skutek: Przypuszcza się, że przewlekłe leczenie diuretykami tiazydowymi zwiększa ryzyko rozwoju miażdżycy naczyń (wzrost stężenia homocysteiny we krwi)
Inhibitory konwertazy angiotensyny (ACE)		
Chinapryl	ACCUPRO ACCUZIDE ACURENAL APRILGEN QUINAPRIL	Posiłek obniża biodostępność niektórych inhibitorów konwertazy angiotensyny Skutek: może wystąpić brak lub osłabienie efektów terapeutycznych. Sód (NaCl, sól kuchenna) – ograniczenie jego spożycia zwłaszcza u osób starszych (po 65r. życia) i jednoczesne przyjmowanie ACE inhibitorów może spowodować zaburzenie ukrwienia nerek i ich czynności, co z kolei może prowadzić do uszkodzenia nerek
Enalapryl	BENALAPRIL EDNYT ENALAPRIL ENAP ENARENAL MAPRYL	Skutek: Większe ryzyko wystąpienia zaburzeń czynności nerek i ostrej niewydolności nerek w trakcie leczenia inhibitorami ACE Sole potasowe (zamienniki soli kuchennej), soki pomidorowe w dużych ilościach spożywane jednocześnie z inhibitorami ACE mogą powodować wzrost stężenia potasu we krwi
Kaptopryl	CAPTOPRIL	Skutek: Zaburzenia rytmu serca, blok i zatrzymanie czynności serca, zaburzenia czucia w kończynach, bóle głowy, osłabienie mięśni, senność, splątanie
Glikozydy nasercowe		
Metyldigoksyna	BEMECOR MEDIGOX	Błonnik (np. otręby, płatki owsiane) zmniejszają wchłanianie leku z przewodu pokarmowego
Digogsyna	DIGOXIN	Skutek: Brak lub zmniejszenie efektu terapeutycznego w wyniku zmniejszenia stężenia leku we krwi. Lurrecja (cukierki i tabletki wykrztuśne) zwiększają wydalanie potasu. Hipokaliemia (obniżone stężenie potasu we krwi) powoduje zwiększenie toksycznego działania glikozydów naparstnicy na mięsień sercowy

LEKI STOSOWANE W LECZENIU ZABURZEŃ LIPIDOWYCH

Statyny (inhibitory reduktazy HMG – COA)		
Lowastatyna	LIPROX LOVASTEROL LOVASTATINUM	Składniki grejpfrutów (flawonoidy i furanokumaryny) zmniejszają metabolizm leku Skutek: Zwiększenie ryzyka działań niepożądanych statyn – miopatii (uszkodzenie mięśni); uszkodzenia wątroby
Symwastatyna	CARDIN SIMVACHOL VASILIP	

LEKI PRZECIWZAKRZEPOWE

Antagoniści witaminy K		
Warfaryna	COUMADIN	Warzyw akapustne i inne produkty żywnościowe zawierające dużo witaminy K (kapusta, brukselka, sałata, kalarepa, szparagi, szpinak, awokado i jego przetwory, soczewica, kalafior, brokuły, soja, płatki owsiane, otręby, wątroba, olej kukurydziany, olej sojowy) powodują wzrost stężenia tej witaminy we krwi Skutek: Zmniejszenie skuteczności leczenia i związany z tym wzrost ryzyka powstawania zakrzepów.
Acenokumarol	ACENOCUMAROL SINTROM SYNCUMAR	

LEKI STOSOWANE W CHOROBYCH UKŁADU ODDECHOWEGO

Leki rozszerzające oskrzela		
Aminofilina	AMINOPHYLLINUM	Kofeina (kawa, coca-cola, pepsi, napoje energetyzujące – znacznie potęgują działanie leku. Działanie leku i kofeiny podanych jednocześnie jest większe niż suma działania leku i kofeiny oddzielnie Skutek: Niepokój, pobudzenie, zaburzenia snu, drżenia mięśniowe, bóle głowy, przyspieszenie czynności serca

LEKI STOSOWANE W ZAKAŻENIACH

Makrolidy		
Azytromycyna	AZITROX SUMAMED	Posiłek zwiększa degradację leku, powodując zmniejszenie jego stężenia we krwi Skutek: Brak lub zmniejszenie efektów terapeutycznych
Erytromycyna	ERYTHROMYCINUM DAVERCIN	
Fluorochinolony		
Cyprofloxacyna	CIPRINOL CIPROBAY CIPRPNEX	Produkty mleczne (mleko, jogurt, twaróg, ser i inne) zmniejszają wchłanianie leku z przewodu pokarmowego, powodując zmniejszenie o około 50% stężenia leku we krwi. Skutek: brak lub zmniejszenie efektów terapeutycznych
Norfloksacyna	NOLICIN	
Pefloksacyna	ABAKTAL PEFLACINE	
Tetracykliny		
Tetracyklina	TETRACYCLINUM	Produkty mleczne (mleko, jogurt, twaróg, ser i inne) zmniejszają wchłanianie leku z przewodu pokarmowego, powodując zmniejszenie o około 50% stężenia leku we krwi. Skutek: brak lub zmniejszenie efektów terapeutycznych
Doksycyklina	DOXYCYCLINUM	
Nitrofurany		
Furazolidon	FURAZOLIDON	Poprzez zablokowanie monoaminooksydazy hamowany jest metabolizm tyraminy. Produkty zawierające tyra minę: salami, pepperoni, sery (np. cheddar, emmentaler), ryby (marynowane, solone, wędzone), wątroba wołowa (przechowywana), wątróbka z kurczaka (przechowywana), sos sojowy, kawior, koncentrat mięsny, awokado, banany (przejrzałe) czekolada, figi (z puszki lub przejrzałe), bób, suplementy z drożdży, ekstrakt drożdżowy, kofeina (duże ilości), wina typu wermut, wino chianti Skutek: pobudzenie psychoruchowe, przyspieszenie czynności serca, gwałtowny wzrost ciśnienia krwi, udar krwotoczny mózgu
Leki przeciwgruźlicze		
Izoniazyd	ISONIAZIDUM RIFAMAZID	Poprzez zablokowanie monoaminooksydazy hamowany jest metabolizm tyraminy. Produkty zawierające tyra minę: salami, pepperoni, sery (np. cheddar, emmentaler), ryby (marynowane, solone, wędzone), wątroba wołowa (przechowywana), wątróbka z kurczaka (przechowywana), sos sojowy, kawior, koncentrat mięsny, awokado, banany (przejrzałe) czekolada, figi (z puszki lub przejrzałe), bób, suplementy z drożdży, ekstrakt drożdżowy, kofeina (duże ilości), wina typu wermut, wino chianti Skutek: pobudzenie psychoruchowe, przyspieszenie czynności serca, gwałtowny wzrost ciśnienia krwi, udar krwotoczny mózgu
Leki przeciwgrzybiczne		
Ketokonazol	KEKTONAZOL	Produkty mleczne (mleko, jogurt, twaróg, ser i inne) zmniejszają wchłanianie leku z przewodu pokarmowego, powodując zmniejszenie o około 50% stężenia leku we krwi. Skutek: brak lub zmniejszenie efektów terapeutycznych
Leki przeciwwirusowe		
Indynawir	CRIXIVAN	Posiłek bogatobiałkowy zmniejsza dostępność leku Skutek: brak lub zmniejszenie efektów terapeutycznych

LEKI STOSOWANE W CHOROBYCH ALERGICZNYCH

Makrolidy		
Astemizol	ASTEMIZOL	Sok grejpfrutowy zmniejsza metabolizm niektórych leków przeciwhistaminowych w wątrobie. Może wtedy nastąpić 5 – krotny wzrost stężenia leku we krwi Skutek: Groźne dla życia zaburzenia rytmu serca

2. Interakcji leki – składniki żywności

- Aby uniknąć interakcji leku z danym produktem spożywczym nie należy spożywać wybranych posiłków i produktów co najmniej 2 godziny przed i 1 godzinę po przyjęciu leku.

Lista leków które mogą wchodzić w interakcje z tłuszczem:

Leki przeciwdepresyjne	AMITRYPTYLINUM
	IMIPRAMIN
B - adrenolityki	BISOCARD
	PROPRANOLOL
	METOCARD
Leki przeciw pasożytnicze	ZENTEL
	VERMOX
Leki rozszerzające oskrzela	EUPHYLLIN
	TEOPHYLIUM

- Produkty bogate w tłuszcz: tłuste mięsa, tłuste ryby, pełnotłuste produkty mleczne, tłuszcze roślinne i zwierzęce, orzechy, słodkie i słone przekąski.

Lista leków które mogą wchodzić w interakcje z błonnikiem

Leki przeciwdepresyjne	AMITRYPTYLINUM
	IMIPRAMIN
Leki nasercowe	DIGOXIN
	BEMECOR

- Produkty bogate w błonnik: otręby, płatki owsiane, gryczane itp., suszone owoce, ciemny ryż, kasze, duże ilości surowych warzyw i owoców.

Lista leków które mogą wchodzić w interakcje z jonami wapnia

Antybiotyki	AMITRYPTYLINUM
Chemioterapeutyki	CIPROBAY
	CIPRONEX
	NOLICIN
Inne leki	OSTENDRON

- Produkty bogate w jony wapnia: mleko, kefir, maślanki, sery, jarmuż

Lista leków, które mogą wchodzić w interakcje z tyraminą

Leki przeciwbakteryjne	FURAZOLIDON
Leki przeciwdepresyjne	MOCLOXIL
	AURORIX
Leki przeciwgruźlicze	IZONIAZIDUM

- Produkty bogate w tyraminę: sery dojrzewające, kwaśna śmietana, przezróżne owoce, wątróbka, pasztety, bób, pomidory, kapusta kiszona, przezróżne banany, awokado, wina typu wermut, preparaty białkowe, ekstrakt drożdżowy, czekolada

Lista leków, które mogą wchodzić w interakcje z sokiem grejfrutowym

Leki obniżające poziom cholesterolu we krwi	LOVASTATINUM
	ZOCOR
Leki przeciwhistaminowe	ASTEMIZOL
Blokery kanału wapniowego	AMLOZEK
	NIFEDYPINE
	ISOPTIN
	PLENDIL
Leki stosowane w immunosupresji	SANDIMMUN
Leki uspokajające	DORMICUM
	RELANIUM
Leki stosowane w refluksie przełyku	GASTRONAX

- Aby uniknąć interakcji leku z SOKIEM GREJFRUTOWYM nie należy pić soku co najmniej 4 godziny przed i 4 godziny po przyjęciu leku. Zalecenia te dotyczą także spożycia grejfrutów

Lista leków, które mogą wchodzić w interakcje z kofeiną

Preparaty teofiliny i jej pochodne	EUPHYLLIN, THEOSPIREX, AMINOPHYLLINUM
Kwas acetylosalicylowy	ASPIRIN

- Aby uniknąć interakcji leku z KOFEINĄ należy zachować co najmniej 2 – godzinny odstęp pomiędzy spożyciem napojów z kofeiną, a zażyciem leku.

- Lista leków, które w składzie posiadają kofeinę: Coldrex, Kofex, Aspirin Activ, Dolores, Etopiryna, Panadol Extra, Apap Extra, Kofevit
- Przykłady przybliżonej zawartości kofeiny w produktach spożywczych: kawa ziarnista 240 ml (100-150 mg), kawa rozpuszczalna 150 ml (43mg), herbata 160ml (45mg), napoje typu cola 330 ml (33 mg), napoje energetyzujące 250 ml (80mg).