

# داروهای نسخه‌ای و مکمل‌هایی که هرگز نباید با هم مصرف شوند

ترجمه: دکتر گیتی حاجبی

گروه بالینی دانشکده داروسازی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی (داکسی‌سیکلین، مینوسیکلین، تتراسیکلین و غیره) را کاهش دهند. برای کاهش خطر مشکلات، مکمل را حداقل دو ساعت قبل یا بعد از آنتی‌بیوتیک مصرف کنید. مکمل‌هایی که ممکن است با آنتی‌بیوتیک‌های معمول خوراکی تداخل کنند، شامل کلسیم، آهن، منیزیم، پسیلیوم و زینک هستند.



اگر یکی از داروهای نسخه‌ای ذیل را برای یک دوره طولانی یا کوتاه استفاده می‌کنید، در مصرف توام آن‌ها با گیاهان دارویی و مکمل‌ها مراقب باشید.



## ■ آنتی‌بیوتیک‌ها

تعدادی از مکمل‌ها ممکن است اثربخشی

داروهای نسخه‌ای و مکمل‌هایی که هرگز نباید با هم مصرف شوند

و سایر واکنش‌های بالقوه جدی نباید مصرف شوند. این داروها با چای سبز، سنت جان ورت، والرین و جین‌سینگ نباید مخلوط شوند.



### ■ داروهای دیابت

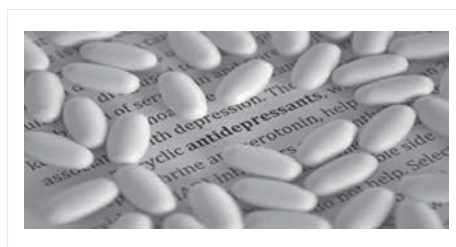
هنگام مصرف مکمل‌ها با انسولین و داروهای خوراکی ضد دیابت احتیاط لازم است. خطر عوارض سوء ناخواسته، از قبیل تشدید اثر کاهش قند خون یا تغییرات در اثربخشی داروها وجود دارد. مکمل‌هایی که ممکن است خطر ایجاد کنند شامل آلفا - لیپوئیک اسید، پنجه گربه، کروم، قاصدک و جین‌سینگ (Panax یا Siberian) هستند.

### ■ مدرها

مدرها میزان مایعات بدن را از طریق افزایش دفع ادرار کاهش می‌دهند. شامل سه نوع اساسی نگهدارنده پتاسیم، لوپ و تیازید هستند. مدرهای نگهدارنده - پتاسیم (برای مثال آمیلوراید، اسپیرینولاکتون و تریامترن) به علت خطر هیپرکالمی (پتاسیم بیش از حد در خون) و مشکل‌های مربوط به آن نباید با مکمل‌های خاص (فسفر، پتاسیم و پوست بید سفید) مصرف شوند.

### ■ رقیق‌کننده‌های خون

بسیاری از مکمل‌ها ممکن است با داروهای ضد انعقاد به طرز خطرناکی تداخل کنند از قبیل وارفارین (حتی آسپرین استاندارد)، اثر دارو تشدید و احتمالاً منجر به خونریزی بیش از حد می‌شود. این مکمل‌ها شامل روغن ماهی، گارلیک (سیر)، زنجبیل، جینگوبیلوبا، pau d'arco، بابونه گاوی، ویتامین E، ویتامین K (تقابل اثر به جای تشدید اثر) و پوست بید سفید (white willow bark) هستند.



### ■ ضدافسردگی‌ها

شماری از مکمل‌ها نباید با ضدافسردگی‌ها (از هر نوع) بدون مشورت با پزشک دریافت شوند. داروهای معمول در این دسته عبارت از فلوکسیتین، پاروکسیتین و سرتالین هستند. خطر تداخل‌های جدی ناخواسته به ویژه وقتی با ملاتونین یا سنت جان ورت (St. John's Wort) دریافت شوند، وجود دارد.

ضدافسردگی‌های مهارکننده منوآمین اکسیداز (MAO)، مثل فنلین (Nardil) و ترانیل سیپرومین (Parnate) طی ۱۴ روز از مکمل‌های رژیمی خاص به علت خطر اضطراب، گیجی، سدیشن بیش از حد

داروهای گروه مدر لوپ (برای مثال، داروهای بومتانید، اتاکرینیک اسید و فورزماید) نباید با مکمل‌های دیگر به علت خطر افزایش یا کاهش اثر مدر دارو مصرف شوند. این مکمل‌ها شامل قاصدک، جین‌سینگ (Panax) و گلوکزامین هستند.

داروهای گروه مدرهای تیازیدی (برای مثال، کلروتیازید، اینداپامید، هیدروکلروتیازید و متولازون) با مکمل‌های خاص به علت خطر افزایش یا کاهش اثر داروهای مدر یا در بعضی موارد به علت ایجاد عوارض جانبی جدی، نباید مصرف شوند. مواردی که باید اجتناب شوند شامل آلورا، کلسیم، قاصدک، گلوکزامین، زالزالک، شیرین بیان و پتاسیم هستند.

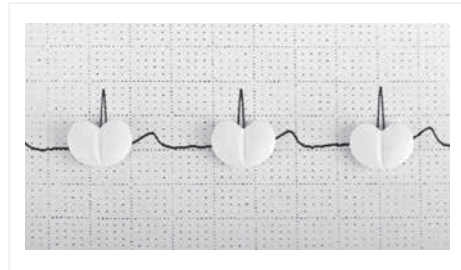


#### ■ برطرف‌کننده‌های درد نارکوتیک

از دریافت بعضی مکمل‌ها با آنالژزیک‌های مخدر از قبیل کدیین، به علت خواب‌آلودگی بیش از حد و سایر عوارض جدی اجتناب شود. بهتر است که با goldenseal، kava، ملاتونین و والریان مصرف نشوند.



داروهای گروه مدرهای تیازیدی (برای مثال، کلروتیازید، اینداپامید، هیدروکلروتیازید و متولازون) با مکمل‌های خاص به علت خطر افزایش یا کاهش اثر داروهای مدر یا در بعضی موارد به علت ایجاد عوارض جانبی جدی، نباید مصرف شوند. مواردی که باید اجتناب شوند شامل آلورا، کلسیم، قاصدک، گلوکزامین، زالزالک، شیرین بیان و پتاسیم هستند.



#### ■ داروهای قلبی و فشارخون

بسیاری از گیاهان و مکمل‌های غذایی وقتی با داروهای قلبی و آنتی‌هیپرتانسیو مصرف می‌شوند خطرات جدی را مطرح می‌کنند. این احتیاط برای هر نوع مسدودکننده کانال کلسیم، مسدودکننده مهارکننده آنزیم مبدل آنژیوتانسین (ACEI)، داروی نیترات یا داروی دیژیتالیس (اسامی تجاری شامل لانوکسین و Sigmaxin) اعمال می‌شود. تداخل‌های قابل توجهه و بالقوه جدی یا عوارض جانبی با گارلیک (سیر)

داروهای نسخه‌ای و مکمل‌هایی که هرگز نباید با هم مصرف شوند

### ■ داروهای تیروئید

داروهای رایج تیروئید (از قبیل پروپیل تیوراسیل یا تیروکسین) نباید با مکمل‌های خاص به‌علت خطر تداخل‌های سوء یا کاهش اثربخشی داروهای نسخه‌ای مصرف شوند. این مکمل‌ها شامل کلسیم، ید، کَلپ (kelp)، مر (myrrh)، ایزوفالون‌های سویا و ویتانیا (withania) هستند.



### ■ داروهای پیوند اعضا

به‌دنبال پیوند اعضا، از قبیل پیوند کلیه یا کبد در صورت مصرف داروهای خاص، با بعضی مکمل‌ها احتیاط لازم است. برای مثال، سیکلوسپورین با کاوا، نعنای، فسفر و سنت جان ورت، تاکرولیموس با سنت جان ورت.



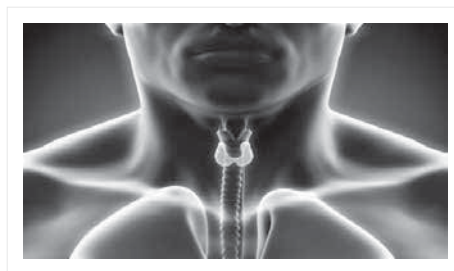
### ■ داروهای HIV

بعضی مکمل‌ها ممکن است داروهای خاص مورد استفاده برای درمان عفونت HIV را کم اثر یا خطر عوارض جانبی آن‌ها را افزایش دهند. بهتر است داروهای HIV با آلوورا، گارلیک (سیر)، کاوا و سنت جان ورت استفاده نگردند.



### ■ داروهای کلسترول

ترکیب‌های پایین‌آورنده کلسترول دسته استاتین‌ها (برای مثال لوواستاتین و سیم‌واستاتین) نباید با مکمل‌های خاص (آهن، نیاسین، سنت جان ورت و ویتامین A) به‌علت خطر تداخل‌های جدی مصرف شوند.



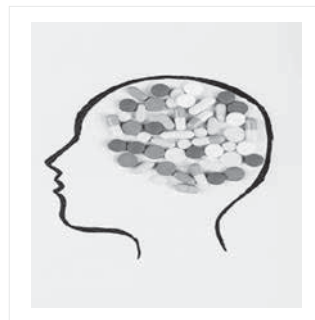
### ■ داروهای نورولوژی

خطر تحریک بیش از حد، به هم خوردن معده و سایر مشکل‌های می‌توانند بروز کنند، وقتی محرک‌های خاص سیستم عصبی از قبیل متیل فنیدات، با مکمل‌های: گون (astragalus)، جین‌سینگ (panax) و گوارنا (guarana) ترکیب شوند.



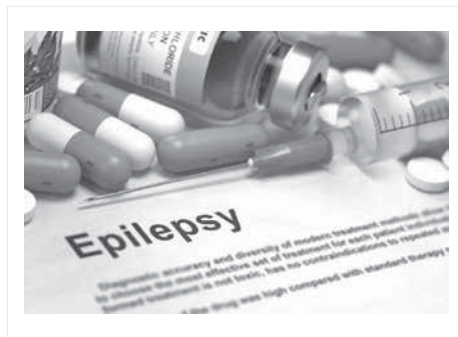
### ■ داروهای پارکینسون

دو مکمل، به‌خصوص (آهن یا ویتامین B6) با داروی ضدپارکینسون لوودوپا ممکن است تداخل کنند. مهارکننده منوآمین اکسیداز (MAO)، از قبیل سلژیلین (Selgene و Eldepryl)، نباید طی ۱۴ روز از مکمل‌های غذایی خاص به‌علت خطر اضطراب، گیجی، سدیشن بیش از حد و سایر واکنش‌های بالقوه جدی مصرف شوند. این مکمل‌ها شامل چای سبز، سنت جان ورت، والرین و جین‌سینگ هستند.



### ■ داروهای روانپزشکی

بعضی مکمل‌ها می‌توانند با عمل طیف گسترده‌ای از داروهای روانپزشکی از قبیل آنتی‌سایکوز، ضداضطراب و داروهای ضدمانیا تداخل کنند. این مکمل‌ها شامل روغن گل مغربی، جین‌سینگ (panax)، ید، کاوا و سنت جان ورت هستند.



### ■ داروهای ضد تشنج / صرع

اثر بعضی از ضد تشنج‌ها (برای مثال فنی‌توئین، کاربامازپین و گاباپنتن) با بعضی مکمل‌ها شامل: فولیک اسید، آهن، منیزیم و خار مریم ممکن است مخاطره‌آمیز باشد.

منبع

16 Prescription Drugs and Supplements You Should Never Mix. [www.besthealthmag.ca](http://www.besthealthmag.ca)