

## ❖ دسته دارویی: بتا بلاکر ها

از مصرف الکل خودداری کنید. این دسته از دارو ها با غذا مصرف کنیدا میزان دسترسی آنها در بدن افزایش یابد. این دسته از دارو ها در صورتی که با آب پرتقال مصرف شوند باعث کاهش اثر دارو می شوند. مصرف این دسته از دارو ها با رژیم محدود از نمک همراه باشد.

• **آنولول:** از مصرف این دارو با ترکیبات شیرین بیان، نوشابه های الکلی، مالت، شکلات، موز، ماهی، جگر، پنیر، آناناس اثر خود را از دست می دهد. چون این ترکیبات حاوی آمین هستند که فشار خون را افزایش می دهد.

• **متوپرولول**

• **پروپرانول:** غذا های حاوی پروتئین بالا ممکن است غلظت سرمی این دارو را بالا ببرد.

• **نادولول**

• **کارودیلول**

• **متوپرولول:** همراه با وعده غذایی یا بلافاصله پس از آن مصرف شود.

• **وراپامیل:** مصرف همزمان با غذا باعث کاهش جذب دارو می شود.

## ❖ دسته دارویی: مهار کننده چسبندگی پلاکت ها

• پلاویکس

برای کاهش نشانه های گوارشی این دارو را با غذا یا بعد از آن مصرف کنید.

## ❖ دسته دارویی: گلیکوزیدها

این دارو ها به کنترل ضربان قلب و کارکرد بهتر قلب کمک می کند.

• **دیگوسین**

دیگوسین را یک ساعت قبل و یا دوساعت بعد از غذا مصرف کنید. سعی کنید دارو را روزانه، در ساعات مشخصی بخورید. دستورات پزشک و راهنمایی های روی دارو را مورد توجه قرار دهید. غذا های پرفیبر (سبزیجات و سبوس) زیست دسترسی دیگوسین را حداقل دو ساعت قبل یا دوساعت بعد از خوردن غذا های پرفیبر مصرف کنید.

از مصرف دیگوسین همراه با زالزالک اجتناب کنید. گریپ فروت منجر به افزایش غلظت دیگوسین می شود. از مصرف همزمان شیرین بیان و دیگوسین خودداری کنید.

## ❖ دسته دارویی: استاتین ها (تنظیم کننده چربی خون)

این دارو باعث کاهش سطح LDL (کلسترول بد) می شوند.

• **آتروواستاتین**

• **فلوواستاتین**

• **لوواستاتین:** با وعده شام مصرف شود تا جذب آن افزایش یابد.

• **پروواستاتین**

• **رزوواستاتین**

• **جم فیروزیل**

می توانید بیشتر استاتین ها را با معده پر یا خالی میل کنید. در صورتی که اتروواستاتین، سیم واستاتین یا لوواستاتین مصرف می کنید، از مصرف آب گریپ فروت یا مرکبات خود داری کنید.

## ❖ دسته دارویی: نیترات ها

این دارو ها از درد قفسه سینه جلوگیری کرده یا آن را بهبود می بخشد. این دارو ها با فراورده های حاوی الکل مصرف نشود. این دارو ها را می توانید با معده پر یا خالی میل کنید. بهتر است با معده خالی مصرف شود.

• **نیترو گلیسرین**

• **ایزو سورباید دی نیترات**

## ❖ دسته دارویی: ضد انعقاد ها

این دارو احتمال تشکیل یا بزرگ شدن لخته های خونی را کاهش می دهد. از مصرف آب قره قوروت و محصولات تهیه شده با آن خودداری کنید. مقادیر زیاد ویتامین E می تواند زمان لخته شدن را طولانی تر کرده و باعث خونریزی شود. بسیاری از مکمل های غذایی و ویتامین ها با دارو های ضد انعقاد تداخل دارند. از مصرف سیر، گریپ فروت، انبه، زنجبیل، گلوکوز آمین و جیسینگ خودداری کنید چون این مواد می توانند احتمال خونریزی را افزایش دهند.

• **وارفارین:** سویا باعث کاهش اثر ضد لخته ای وارفارین و افزایش احتمال بروز لخته می گردد. یک رژیم غذایی معمولی با مقادیر ثابت سبزیجات برگ سبز داشته باشید در زمان استفاده از وارفارین، مصرف منابع غنی از ویتامین k شامل: کلم، پوست خیار، چای سبز، برگ های گیاه گزنه، اسفناج، لوبیا سبز، مارچوبه، کاهو، جگر حیوانات و طیور و فرآورده های پروبیوتیک را محدود کنید.

• **کومارین**

## تداخلات غذا با دارو ها

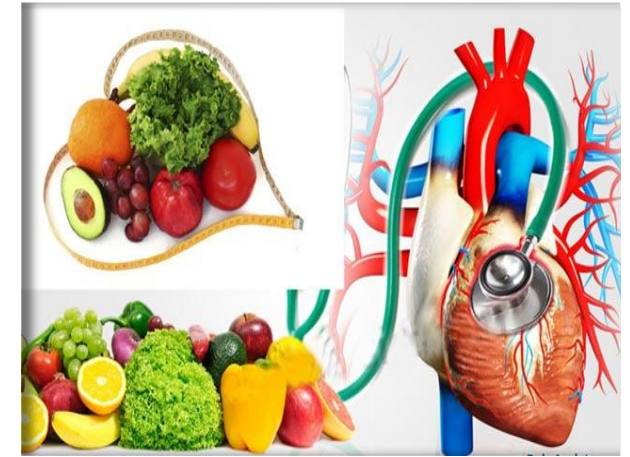
تمام غذا ها و نوشیدنی هایی که ما مصرف می کنیم می تواند بر عملکرد دارو در بدن ما تاثیر داشته باشد. هدف واحد تغذیه این بیمارستان از تهیه این راهنما، آشنا ساختن شما با تداخلات احتمالی غذا، دارو و کمک برای پیشگیری از بروز این موارد است. تداخلات غذا و دارو می تواند باعث بروز موارد زیر شود:

- جلوگیری از عملکرد صحیح دارو در بدن
- بهتر یا بدتر شدن عوارض جانبی دارو ها
- ایجاد یک عارضه جانبی جدید

دارو همچنین می تواند مسیر استفاده از غذا در بدن را تغییر دهد که هر یک از این تغییرات می تواند مضر باشند. عواملی مانند سن، وزن، جنس، شرایط پزشکی، دوزدارو، مصرف سایر داروها و ویتامین ها و سایر مکمل های غذایی می تواند عملکرد دارو را در بدن تحت تاثیر قرار دهد. پس در زمان مصرف هر دارو به دقت اطلاعات روی برچسب دارو و راهنمایی های پزشک یا دارو ساز را مورد توجه قرار دهید.

در این پمفلت شما را با تداخلات غذا با دارو در بیماران قلبی \_ عروقی آشنا خواهیم کرد.

این دارو ها در درمان بیماری های سیستم قلب و عروق شامل: فشار خون بالا، ضربان نامنظم قلب، درد قفسه سینه، نارسایی قلبی، لخته های خونی و کلسترول بالا مورد استفاده قرار می گیرد.



## تداخل غذا با دارو در بیماران قلبی – عروقی

مرکز آموزشی درمانی تحقیقاتی قلب و

عروق امام علی (ع)

واحد تغذیه

ندا حیدرزاده ( کارشناس تغذیه و رژیم درمانی)

بهمن ماه 1399

### ❖ دسته دارویی: کنترل کننده فشار خون

- **انالاپریل**
- **لیناپریل**
- **موئکسی پریل**
- **کوئینا پریل**
- **رامی پریل**

کاپتوپریل و موئکسی پریل را یک ساعت قبل از غذا با معده خالی مصرف کنید و از خوردن مقادیر زیاد غذا های حاوی پتاسیم مثل موز، کیوی، پرتقال، سبزیجات برگ سبز و مکمل های حاوی پتاسیم خود داری کنید. سایر دارو های این دسته را می توانید بدون توجه به ساعات غذایی مصرف کنید. مقادیر مایعات کافی همراه با این دسته دارو بی مصرف کنید.

### ❖ دسته دارویی: وازودیلاتورها

- **دiazوکساید**
- **متورال**

شیرین بیان، نوشابه های الکلی، موز، شکلات، پنیر، انجیر، جگر، ماهی، ترشی، مخمر و مالت ممکن است باعث کاهش اثر داروی کاهش دهنده فشار خون شود. البته باید توجه کرد که مصرف یکبار در روز ترکیبات شیرین بیان مشکلی ایجاد نمی کند.

آب گریپ فروت باعث افزایش غلظت سرمی دارو و عوارض جانبی آن می گردد.