

به نام خدا

تداخلات غذا و دارو در بیماری های قلبی عروقی

گروه دارویی	توضیحات
آنتولول ، کارودیول ، متوپرولول ، پروپرانولول ، لابتال ، نادولل	این داروها باعث کاهش ضربان قلب می شوند. توجه داشته باشید بدون مشورت با پزشک و ناگهانی این داروها را قطع نکنید. این داروها بهتر است همراه با غذا یا بلافاصله بعد از غذا مصرف شوند. 2 ساعت قبل تا 6 ساعت بعد از مصرف ، آب پرتقال و مکمل کلسیم نخورند. از مصرف همزمان فرآورده های شیرین بیان با این دارو خودداری شود.
فروزماید ، تورسماید ، بومتانید ، اتاکرینیک اسید	این داروها در درمان فشار خون موثر هستند و از طریق دفع ارادی مایعات باعث کاهش ورم میشوند. اگر این داروها باعث ناراحتی معده میشوند با غذا مصرف کنید. اکثر این داروها باعث از دست رفتن پتاسیم و منیزیم و کلسیم میشوند از این رو منابع آنها مانند مرکبات ، موز ، طالبی ، سیب زمینی ، قارچ ، بامیه ، اسفناج ، مغزها شامل بادام و ... ، سبوس برنج ، جوانه گندم ، کلم و لبنیات بیشتر مصرف گردد.
کلروتالیدون ، متولازون ، کلروتیازید ، هیدروکلروتیازید	این داروها در درمان فشار خون موثر هستند و از طریق دفع ارادی مایعات باعث کاهش ورم میشوند. اکثر این داروها موجب دفع پتاسیم میشوند. به همین دلیل بهتر است منابع غذایی حاوی پتاسیم در رژیم غذایی گنجانده شوند از جمله منابع غذایی حاوی پتاسیم شامل مرکبات ، موز ، طالبی ، سیب زمینی ، قارچ ، بامیه ، زرد آلو ، انگور می باشد.
اسپیرونولاکتون ، اپرلنون ، تریامترن ، آمیلورید	این داروها در درمان فشار خون موثر هستند و از طریق دفع ارادی مایعات باعث کاهش ورم میشوند. این داروها موجب تجمع پتاسیم در بدن میشوند به همین دلیل باید از مصرف منابع غذایی سرشار از پتاسیم مانند: مرکبات ، موز ، طالبی ، سیب زمینی ، قارچ ، بامیه ، زرد آلو ، انگور خودداری شود.
استاتین ها (سددیم و استاتین ، آتروواستاتین ، روسواستاتین)	جهت کاهش کلسترول بد خون ، تری گلیسیرید و افزایش کلسترول خوب خون استفاده میشود. این داروها را میتوان با معده پر یا خالی مصرف کرد و از مصرف همزمان الکل و گریپ فروت با این داروها پرهیز گردد.
هیدرالازین ، ماینوکسیدیل ، ایزوسوربات دی نیترات	این دارو برای توقف درد قفسه سینه استفاده میشود که میتوان آنها را با معده پر یا خالی مصرف نمود. از مصرف همزمان الکل و ترکیبات دارای شیرین بیان با این دارو خودداری شود. میزان سدیم و کلسیم دریافتی نیز کاهش یابد به عبارتی مصرف نمک ، لبنیات ، کنسروها (رب گوجه فرنگی و ...) محدود شود.
پرازوسین ، دوکسازوسین ، ترازوسین	بهتر است این داروها با معده خالی مصرف شوند. این داروها موجب کاهش فشارخون میشوند. رژیم باید کم سدیم و کم کالری باشد. از مصرف همزمان شیرین بیان با این داروها نیز باید اجتناب شود.
نیفدپین ، فلودیپین ، وراپامیل ، دیلتیازم آکلودسیپین	در درمان فشارخون و درد قفسه سینه به کار میروند. کاهش منابع سدیم و کلسیم همچون نمک ، کنسروها (رب گوجه فرنگی و ...) ، لبنیات و کلم به این افراد توصیه میشود. مصرف فرآورده های شیرین بیان ، نوشیدنی های حاوی کافئین (چای و قهوه) و گریپ فروت محدود شود.
کاپتوپریل ، انالاپریل ، لیسینوپریل ، بنزوپریل ، کوئینا پریل ، رامی پریل ، تراندولاپریل	این داروها در درمان فشارخون و نارسایی قلبی به کار می روند. یک رژیم غذایی کم سدیم و کم پتاسیم به این افراد توصیه میشود. به عبارتی بهتر است منابع غذایی سرشار از پتاسیم مانند: مرکبات ، موز ، طالبی ، سیب زمینی ، قارچ ، بامیه ، زرد آلو ، انگور ، نمک ، کنسروها (رب گوجه فرنگی و ...) کمتر مصرف شوند.
دیگوکسین	برای درمان نارسایی قلب به کار می رود. این دارو باید با معده خالی (یک ساعت قبل و یا 2 ساعت بعد از خوردن غذا) و حتما هر روز در ساعت مشخصی مصرف شود. در خصوص مصرف فرآورده های گیاهی مانند (آلونه ورا ، زالزالک ، جینسنگ و ...) و مکمل های کلسیم ، ویتامین D ، احتیاط شود. فیبرهای غذایی نیز مانند (سبوس گندم) میتواند موجب کاهش دارو در بدن شود. این دارو سبب تخلیه پتاسیم میشود به ویژه اگر با فروزماید مصرف شود. به همین دلیل مصرف منابع غذایی حاوی پتاسیم چون (مرکبات ، موز ، طالبی ، سیب زمینی ، قارچ ، بامیه ، زرد آلو ، انگور) توصیه میشود.
هپارین و وارفارین	این دارو به منظور جلوگیری از ایجاد لخته در رگ ها استفاده میشود. در صورت مصرف داروی وارفارین مصرف ویتامین K باید محدود شود. (توضیحات بیشتر در کتابچه وارفارین)
آسپیرین کلویدریوژل	این داروها موجب کاهش فشارخون و ضربان قلب میشوند. از مصرف همزمان آن با فرآورده های شیرین بیان اجتناب شود. در صورت مصرف مکمل کلسیم (کلسیماین) این دارو 2 ساعت قبل یا 6 ساعت بعد از مصرف مکمل باید مصرف شود.
کلونیدین ، متیل دوبا ، رسرپین ، گوانافاسین	این داروها موجب کاهش ضربان قلب و در نتیجه کاهش فشار خون میشوند در صورت مصرف این داروها یک رژیم کم کالری و کم سدیم پیشنهاد میشود. همچنین از مصرف همزمان شیرین بیان و شنبلیله با این داروها اجتناب شود.