

警惕,这十类常见药会和食物起反应



图片来自网络

服用一种新的药物可能意味着要改变生活方式,包括所吃的食物。食物与药物的相互作用意味着食物中的特定营养物质或化合物改变了身体代谢药物的方式,从而增加或减少身体所吸收的药物剂量。潜在的结果是:出现副作用的风险增加,或者药物不如预期那样起效。

在准备服用一种新药前,向医生或药剂师询问它与任何食物(包括酒精)可能发生的相互作用,以及是否需要调整饮食方案。

美国“每日健康”网站总结了10种与食物相互作用的常见药物。

对乙酰氨基酚与酒精

如果你在喝酒后服用泰诺(对乙酰氨基酚的商品名)以避免宿醉,会使得自己处于危险之中。

当这种药与酒精结合时,会增加肝脏毒性的风险。如果你是一个经常饮酒(尤其是每天饮酒超过三杯)的人,或每天都服用对乙酰氨基酚,这种组合的风险是最高的。

一些抗生素与乳制品

某些抗生素不应该与牛奶、酸奶或奶酪一起服用,这是因为乳制品会与药物结合并干扰其在血液中的吸收。

这条原则适用于氟喹诺酮类药物(如环丙沙星、左氧氟沙星和莫西沙星)和某些四环素类药物。最稳妥的做法是至少在服用抗生素前2小时和6小时后避免吃乳制品。

钙通道阻滞剂、他汀类药物与柚子

钙通道阻滞剂用于治疗高血压和心绞痛,例如,非洛地平 and 硝苯地平(心痛定)会与柚子汁发生相互作用。这种情况也发生在用于高胆固醇的他汀类药物,如阿托伐他汀和辛伐他汀。

柚子含有的一种化合物会抑制一种名为CYP3A4的常见药物代谢酶。喝大量柚子汁或吃这种水果会抑制这种酶,药物在系统中积累,造成危险。

然而,吃其他柑橘类水果不会发生这种情况,因此你可以畅快地喝橙汁。

单胺氧化酶抑制剂与熟化奶酪

如果你正在服用单胺氧化酶抑制剂类抗抑郁药(如异卡波肼、苯乙肼、司来吉兰或反苯环丙胺),就需要留意酪胺含量高的食物。酪胺是一种参与血压调节的氨基酸。单胺氧化酶抑制剂与酪胺结合会引发高血压危象。酪胺含量高的食品包括熟化奶酪、特定类型的葡萄酒、腌鲱鱼、酿造啤酒用的酵母和蚕豆。

尽管如此,这类抗抑郁药并不像其他类型的抗抑郁药(如选择性5-羟色胺再摄取抑制剂)那样频繁地用作处方药;因此,如果你担忧这种相互作用,就选择服用其他类型的抗抑郁药。

齐拉西酮与小份正餐

齐拉西酮是一种用于治疗双相情感障碍和精神分裂症的抗精神病药物。患者服药时需要吃一顿至少含有500千卡路里的正餐。正如一项研究所显示的,服药的同时吃大量的零食或小份正餐可以优化药物的吸收,这样它就可以最有效地工作。

治疗甲状腺功能减退的药物与任何食物

如果被诊断为甲状腺功能减退症,患者可能需要服用左甲状腺素钠片(优甲乐)来恢复激素的水平。优甲乐应当在早晨空腹时服用,服用后30至60分钟后再进食。因为食物会阻止这种药物在小肠中的吸收,降低吸收剂

量,从而影响甲状腺功能。

螺内酯与甘草精

螺内酯这种利尿剂用于治疗低钾血症和心力衰竭。如果在服这种药的同时喝甘草茶,吃甘草糖,或摄入含有这种成分的营养补充剂,就需要格外当心。甘草精与螺内酯相同的受体竞争,这会使药物无效。

部分抗抑郁类药与酒精

选择性5-羟色胺再摄取抑制剂可用于治疗焦虑症。然而,这类抗抑郁药与酒精结合的风险是胃或消化道出血。吃这种药的同时,打算通过饮酒来减轻焦虑或抑郁的症状会导致严重的问题。

华法林与西兰花

华法林是一种血液稀释剂,主要用于防治血栓栓塞性疾病。像羽衣甘蓝和西兰花这样的蔬菜含有维生素K。问题在于,维生素K有拮抗华法林的作用。如果华法林的药效被抑制,不能正常工作,血栓栓塞的风险就会增加。因此,吃农产品较多的人要考虑到这种副作用。

甲硝唑与酒精

甲硝唑用于治疗厌氧菌感染,包括细菌性阴道炎。服药期间绝对不能饮酒,因为这种药物会影响酒精在体内的正常代谢。这种结合会引起严重的呕吐、全身潮红、头痛、恶心和血压下降。

来源:北京青年报

淋巴瘤发病率较高

无痛持续肿大淋巴结

一旦发现应及时就诊

淋巴瘤是一种起源于淋巴造血系统的常见恶性肿瘤,也是近年来发病率较高的肿瘤之一。

数据显示,我国每年约有10万名新发淋巴瘤患者,防治形势严峻。

作为危害人们健康的常见恶性肿瘤,淋巴瘤早期都有哪些症状?发病特点是什么?

“早期淋巴瘤十分擅长隐藏和伪装,初期症状有盗汗、感冒、咳嗽等,与日常感冒十分相似,有时也会与淋巴结炎难舍难分,很容易错失治疗的最好时机。而到了晚期的淋巴瘤又扩散到全身多个器官,给治疗带来重重困难。”北京中医药大学东直门医院血液肿瘤科副主任医师马薇说。

据马薇介绍,淋巴瘤常见于感染、免疫功能低下、有家族遗传倾向的人;长期因职业、环境因素接触化学物,自身免疫性疾病,器官移植后长期大量应用免疫抑制药物的人;此外,老年人较年轻人更易发病。

马薇指出,除了头发,任何部位都可能发生淋巴瘤。

“淋巴瘤的临床表现主要为无痛的淋巴结肿大及发热、盗汗和消瘦等全身症状。不同类型的淋巴瘤多以无痛性的淋巴结肿大为首发症状;不明原因的发热也是常见的首发症状之一。”马薇建议,定期体检是筛查淋巴瘤的关键,一旦发现无痛性持续淋巴结肿大,应及时就诊。

在对淋巴瘤的治疗方面,北京大学肿瘤医院淋巴瘤科主任朱军曾表示,加强淋巴瘤患者规范化诊疗和全程化管理,是提高治疗效果的关键。

我国淋巴瘤患者5年生存率仅为38.3%,究其原因,诊断不明确、规范化治疗自我管理不规范、随访不间断脱落等就诊进程中的困难与障碍,影响了整体的治疗效果与预后。

“淋巴瘤是兼顾慢性病和肿瘤两个特征的合成体,其标准化诊疗有赖于不同学科间的协同合作。联合诊疗路径中各个关键环节,有助于专科能力的整体发展,助力患者长久获益。”朱军解释道。

来源:新京报