

Лекарственные препараты, не совместимые с едой

Это должен знать каждый человек, применяющий лекарственные препараты в лечение различных заболеваний о несовместимости с едой.

✗ Антибиотики (биомицин, тетрациклин и т.д.) являются одними из наиболее «конфликтных» препаратов. Из меню нужно исключить молоко, а также молочную продукцию, так как они почти полностью нейтрализуют оказываемое антибиотиками действие. Необходимо отказаться и от алкоголя. Кушайте побольше фруктов, овощей и зелени. Временно откажитесь от кислой пищи – фруктов, газировок, соков, сухого вина и любых блюд, для приготовления которых используют уксус.

✗ Антидепрессанты (эти препараты содержат в своем составе ингибиторы моноаминоксидазы), поэтому с ними лучше не сочетать выдержанные сыры, сыры с плесенью, квашеную капусту, соевый соус, говяжью и куриную печень, вяленую рыбу и мясо, йогурты, инжир, изюм и сметану. Все перечисленные продукты содержат тирамин, который при сочетании с ингибиторами моноаминоксидазы способен резко повышать артериальное давление. На заметку: принимая антидепрессанты, нужно категорически отказаться от алкоголя, особенно красного вина.

✗ Антикоагулянты (разжижают кровь) нельзя совмещать с клюквенным соком, морсом и самой клюквой. Такое сочетание может вызвать внутреннее кровотечение.

✗ Аспирин. Принимая его, кушайте блюда с небольшим содержанием белков, жиров и углеводов, иначе эффект от лекарства может уменьшиться вдвое. Откажитесь от цитрусовых соков, так как вместе с аспирином они провоцируют сильное раздражение слизистой желудка. Несовместимость лекарств с едой – это должен знать каждый! На заметку: никогда не запивайте аспирин молоком (есть мнение, что такой способ предохраняет слизистую желудка), так как оно полностью нейтрализует лекарство, и препарат попросту не работает.

✗ Болеутоляющие препараты (пирамидон, амидопирин и другие) не рекомендуется сочетать с копченостями, так как они сводят на нет все полезное действие.

✗ Гормональные препараты. Они оказывают воздействие на вещественный обмен, поэтому для предотвращения осложнений надо кушать творог и прочие молочные продукты, а также курагу, рыбу, изюм, ягоды и тыкву (эти продукты содержат много белков, солей калия и витаминов).

✗ Железосодержащие лекарственные препараты. Принимая их, откажитесь от кофе, чая, мучного и сладкого, молочных продуктов и орехов. Все эти продукты затрудняют усвоение железа в организме.

✗ Клофелин (снижает артериальное давление) нельзя сочетать с алкоголем. Алкогольные напитки нейтрализуют оказываемый препаратом эффект, что может

вызвать резкий скачок давления.

На заметку: приняв клофелин вместе с алкоголем, можно потерять сознание (этим эффектом пользуются некоторые мошенники, о которых вы наверняка знаете из криминальных хроник и кинофильмов).

✗ Мочегонные препараты. Они способствуют выведению калия из организма. Для восполнения его запасов нужно есть зеленый горошек, щавель, шпинат, курагу, свеклу, репчатый лук, картофель, яблоки и морковь.

На заметку: мочегонные средства не следует сочетать с лакрицей – корнем солодки (экстракт солодки содержат отхаркивающие микстуры, «аптечные» леденцы, а отвар корня применяют в качестве слабительного и мочегонного средства). Содержащиеся в корне солодки вещества блокируют в организме инактивацию глюкокортикоидов и минералкортикоидов. Также, сочетаясь с мочегонными средствами, корень солодки вызывает усиленное выведение жидкости (может стать причиной обезвоживания) и калия (могут разрушаться мышцы).

✗ Противоревматоидные препараты. Эти средства весьма агрессивно влияют на слизистую желудочно-кишечного тракта. Придерживайтесь строгой диеты при приеме таких препаратов: откажитесь от сырых овощей и фруктов, жареных блюд и грибов, мясных и рыбных бульонов.

✗ Статины (снижают уровень холестерина в крови) не рекомендуется сочетать с грейпфрутами, помело и различными гибридными цитрусовыми. Вещества, которые содержат грейпфруты и скрещенные с ними цитрусовые фрукты, блокируют фермент печени, который разрушает статины. В результате этого в организме может возрасти концентрация статинов, что вызовет нарушения в работе печени и приведет к разрушению мышц.

✗ Сульфаниламиды (сульфадиметоксин, бисептол, сульфадимезин) – это противомикробные и антибактериальные препараты, которые не следует пить одновременно с употреблением печени, почек, клюквы, зелени, жирной пищи, сахара и других сладостей. Старайтесь пить побольше жидкости, в особенности щелочной минеральной воды. При приеме таких препаратов, в организме подавляется мочеиспускание, что может вызвать закупорку мочевых путей и почечных канальцев нерастворимыми кристаллами, особенно в кислой среде мочи. В связи с этим постарайтесь снабдить организм большим количеством воды, нежели обычно. Жиры и сахар уменьшают эффективность сульфаниламидных препаратов, так как вызывают задержку пищеварения.