

Таблетки к чаю не подавать!

Лекарства приходилось принимать всем, но не все знают, что действие даже самого эффективного средства можно свести на нет неправильной диетой.

В результате взаимодействия составных компонентов пищи с лекарственными веществами зачастую образуются комплексные соединения, которые плохо всасываются или препятствуют высвобождению основы лекарства. Любой препарат, приобретаемый в аптеке, сопровождается специальной инструкцией по применению, и читать ее обязательно должен каждый уважающий себя человек. Соблюдение (или несоблюдение) правил приема может оказать большое, если не решающее, влияние на действие лекарства. Желудочный сок, ферменты, желчь, которые выделяются в процессе переваривания пищи, как и собственно пища, могут взаимодействовать с лекарствами и изменять их свойства. Именно поэтому совсем не безразлично, когда лекарство будет принято: натощак, во время или после еды.

Основные правила

Если на упаковке нет указаний, и врач не дал особых рекомендаций, то лекарства лучше принимать натощак, то есть за 30 мин. до еды или через 4 часа после последнего приема пищи, когда желудок пустой и количество желудочного сока в нем минимально.

Натощак принимают:

- Все настойки, настои, отвары и им подобные препараты, изготовленные из растительного сырья. Они содержат вещества, некоторые из которых под воздействием соляной кислоты желудка могут перевариваться и переходить в неактивные формы. Кроме того, под воздействием пищи может быть нарушено всасывание отдельных компонентов таких препаратов и, как следствие, недостаточное или искаженное воздействие;
- Все препараты кальция, хотя некоторые из них (например, кальция хлорид) оказывают выраженное раздражающее воздействие. Дело в том, что кальций, связываясь с жирными и другими кислотами, образует нерастворимые соединения. Поэтому прием таких препаратов, как кальция глицерофосфат, кальция хлорид, кальция глюконат и тому подобных, во время или после еды, по крайней мере, бесполезен. Чтобы избежать раздражающего действия, лучше запивать такие препараты молоком, киселем или рисовым отваром;
- Лекарства, которые, хотя и всасываются с пищей, но по каким-то причинам оказывают неблагоприятное воздействие на пищеварение или расслабляют гладкую мускулатуру. В качестве примера можно известный всем препарат но-шпа;
- Тетрациклин, так как он хорошо растворяется в кислотах. Тетрациклиновые антибиотики нельзя запивать молоком, так как они связываются с кальцием, которого довольно много в этом продукте.

Во время или сразу после еды принимают:

- Поливитаминные препараты;
- Препараты, раздражающие слизистую оболочку желудка: индометацин, ацетилсалициловую кислоту, стероиды, метронидазол, резерпин и другие.
- Заменители желудочного сока - вместе с едой, а заменители желчи, например аллохол, - в конце или сразу после еды.

До еды принимают:

- За 30 минут: средства, понижающие кислотность, а также средства, ослабляющие раздражающее воздействие пищи на больной желудок и предупреждающие обильное выделение желудочного сока.
- За 10-15 минут: средства, стимулирующие секрецию пищеварительных желез, и желчегонные средства.

- Препараты, содержащие пищеварительные ферменты и способствующие перевариванию пищи, например мезим форте, можно принимать как перед едой, так и во время или сразу после еды.

Важно:

- Специалисты советуют запивать лекарственные препараты водой, лучше кипяченой, в количестве 100 мл.

- При рационе, богатом жирами, увеличивается концентрация витамина А в плазме крови и возрастают скорость и полнота его всасывания в кишечнике. Но желудочный сок выделяется медленнее, а потому значительно снижается терапевтическая эффективность антигельминтных препаратов, а также фурадонина, сульфаниламидов и других лекарств.

- Молоко усиливает всасывание витамина D, избышек которого опасен, в первую очередь, для центральной нервной системы.

Полезные подробности

Антидепрессанты-ингибиторы МАО

В промежутках между приемами пищи, лучше на ночь, исключить из пищи сыры, брынзу, сливки, кофе, пиво, вина, арахис, бананы, фасоль, бобы. Рекомендуется употреблять брюссельскую и цветную капусту, овощные супы, груши, брюкву, репу, шпинат.

Амидопирин

Принимать после еды. Таблетки размельчить, запивать 1/2 стакана воды или крахмальной слизи, исключить из пищи копченые сорта мяса, колбасы.

Аспирин

После еды, принимать в виде порошка, запивать большим количеством щелочной жидкости.

Глюкокортикостероидные гормоны (кортизон, преднизолон, дексаметазон, триамцинолон и др.)

За 30-60 минут до еды, принимать в виде порошка, запивать 1/2 стакана воды, крахмальной слизи или молока. Назначается диета, содержащая белок, кальций, калий, витамины, молочные продукты.

Дигитоксин

За 30-60 минут до еды, одновременно назначаются препараты калия или пища, содержащая большое количество калия. Исключить сливовое повидло и сок, теплые мучные и десертные блюда.

Дихлотиазид

За 30-60 минут до еды, рекомендуется диета, богатая солями калия (изюм, хурма, инжир, фасоль, чернослив, картофель, горох, морская капуста, крупы, абрикосы, персики, виноград, свекла, черная смородина).

Препараты железа

Во время или после еды. Следует исключить из рациона молоко, орехи, пшеницу, овсянку, дубильные вещества (чай, красное вино, кофе).

Кодеин

За 30-60 минут до еды, не принимать вместе с фруктовыми соками.

Кофеин

В промежутках между едой. Исключить молочные продукты.

Мочегонные препараты

Натоцак, за 30 минут до завтрака. Рекомендуется диета, богатая солями калия.

Мукалтин

За 30-60 минут до еды, растворить в 1/3 стакана воды с добавлением сахарного сиропа.

Нитроглицерин

Под язык, независимо от приема пищи, не употреблять одновременно сливовый сок, отруби, другую высоковолокнистую пищу.

Противодиабетические препараты

Перед едой. Ограничить количество поваренной соли. Исключить напитки, содержащие алкоголь.

Противотромботические препараты

Часы приема по назначению врача, исключить из рациона овощи и фрукты, содержащие витамин К.

Противотуберкулезные препараты

Часы приема по назначению врача, рекомендуется полноценная витаминная диета.

Сердечные гликозиды (препараты наперстянки, горицвета, ландыша, олеандра)

До еды, при диспепсических явлениях - после еды. Таблетки размельчить, запивать крахмальной слизью. Исключить белковую пищу.

Автор: Артур Скальский © Сегодня в Иркутске ЗДОРОВЬЕ, МИР 👁 3625 16.04.2002, 00:00 📄 208

URL: <https://babr24.com/?ADE=2148> Bytes: 6302 / 6302 Версия для печати Скачать PDF

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)