



Quality Accredited  
by JCI, USA



Quality Accredited  
by JCI, USA

## العلاقة بين الطعام والأدوية



## Food & Drug Interaction



نشرات تثقيفية للمرضى والعائلات

Patient and Family Educational Brochures



مستشفى زليخة  
لأن صحتك غالية

دبي: ص.ب. ٤٨٥٧٧، النهدة، إ.ع.م. هاتف: ٢٦٧٨٨٦٦ ٤  
الشارقة: ص.ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٥٦٥٨٨٦٦ ٠٦  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital  
Your Health Matters

DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.  
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

## The Influence of Drugs on the Nutritional Status of Patients

Medicines can treat and cure many health problems. However, they must be taken properly to ensure that they are safe and effective. Many medicines have powerful ingredients that interact with the human body in different ways. Other than this, diet and lifestyle can also have a significant impact on a drug's ability to work in our body. The food that you eat, could make the medications you take work faster, slower or even prevent them from working at all. Certain foods that interact with the medicines can make them less effective or may cause dangerous side effects or other problems.

### General Guidelines:

- When a doctor prescribes a medicine, be sure to mention every other drug that you take even on occasional basis.
- Be sure you understand when and how the product should be taken and then follow directions.
- Tell your doctor about any changes or ill effects you have after taking the drug and any unusual symptoms that occur after eating certain foods.
- Taking drugs with full glass of water is generally the safest way and in many cases it prevents irritation of the stomach lining.
- If you have been taking any drug for a long time, ask your doctor if you should be concerned about vitamin or mineral deficiencies.
- When you are buying over the counter (OTC) medicine, be sure to read the label and the package insert for directions and warning.

## Food and Drug Interaction

Drug	Generic Name	Trade Name	Food to Avoid	Reasons
<b>Antibiotics:</b> <b>Erythromycin</b>	-	-	Acidic Foods: Citrus Fruits Fruit Juices Tomatoes Pickles Caffeine Vinegar	These antibiotics can be destroyed in the increased urinary stomach acidity caused by these foods. (These drugs to be taken on empty stomach)
<b>Pencillin</b>	-	-	Acidic Foods: Citrus Fruits Fruit Juices Tomatoes Pickles Caffeine Vinegar	These antibiotics can be destroyed in the increased urinary stomach acidity caused by these foods. (These drugs to be taken on empty stomach)
<b>Tetracycline</b>	Ciprofloxin Moxifloxin Levofloxin	Ciprobay Rapidflox Cifran Avelox Tavanic	Calcium rich foods: Buttermilk, Yoghurt, Cheese, Milk, Cream, Waffles, Pizzas	Although calcium rich foods help ease the digestion that often accompanies tetracycline intake, they also reduce effectiveness.
<b>Anticoagulants</b>	Warfarin	-	Foods containing Vitamin K: Brussel sprouts Cabbage Kale Spinach Chinese cabbage	Vitamin K promotes blood clotting and counteracts with the blood thinning effect of anticoagulant drugs.
<b>Diuretics</b>	Hydrochlorothiazide Fursamide Spinalolactone	Esidex Laxis Adaltonne Medurectic	Monosodium Glutamate (MSG): Often in seasoned salts. Meat tenderizers Frozen vegetables.	Monosodium glutamate and diuretics both act to remove excess water from body tissue. In combination, they may deplete essential quantities of water soluble vitamins (C and B-complex) and minerals
<b>Thyroid preparations</b>	T3 T4	Euthyrox Eltroxin	Brussel sprouts Cabbage Cauliflower Kale Mustard Greens Soybeans Turnips Iodized salt	Substance contained in these foods can interfere with the thyroid function. They can lead to goiter, a severe metabolic deficiency disease.

## تأثير الأدوية على طبيعة التغذية لدى المريض

للأدوية تأثير كبير في كثير من الأحيان في علاج العديد من الأمراض والمشاكل الصحية. ومع ذلك، يجب توخي الحذر عند تناول أي نوع من الأدوية كي يكون فعالاً. فالعديد من الأدوية يحتوي على مواد قوية جداً والتي تتفاعل في جسم الإنسان بطرق مختلفة. كما أن نوعية الغذاء ونظام الحياة يمكن أن يكون له تأثيره الكبير على فعالية الدواء في الجسم. فأحياناً يكون للطعام الذي نتناوله تأثيراً كبيراً على جعل الدواء يعمل إما بشكل أسرع أو أبطأ في الجسم أو حتى يمكن أن يوقف عمل الدواء كلياً في الجسم. فبعض الأطعمة تتفاعل مع الأدوية المتناولة مما يقلل من فعاليتها أو قد يزيد من خطر المضاعفات السلبية أو يسبب مشاكل صحية أخرى.

### إرشادات عامة:

- عندما يصف الطبيب لك دواءً معيناً، تأكد من أن تخبره عن أي دواء آخر تتناوله لأي سبب كان حتى وإن كان نادراً.
- تأكد من أن تفهم جيداً متى وكيف يؤخذ هذا الدواء وتفيد حرفياً بالتعليمات الموجهة لك.
- أعلم طبيبك في حال شعرت بأي تغيير أو إحساس مفاجئ بعد تناولك للدواء الذي وصفه لك، أو في حال شعرت بأي تفاعل ناتج عن تناول نوع معين من الطعام مع الدواء.
- تناول الدواء مع كوب كامل من الماء هو أسلم طريقة لتناول أي دواء لكي لا تحدث تفاعلات أو تتأثر المعدة به.
- إذا كنت ستتناول هذا الدواء لفترة طويلة إسأل طبيبك إذا ما كان عليك أن تقلق بشأن نقص الفيتامينات أو المعادن في الجسم.
- عند شراءك للدواء إقرأ النشرة المرفقة معه بالتفصيل وخصوصاً الممنوعات والتي يجب تجنبها.

## العلاقة بين الطعام والأدوية

الدواء	الإسم العلمي	الإسم التجاري	الأطعمة الواجب تجنبها	الأسباب
المضادات الحيوية إيريثروميسين			الأطعمة الحمضية: الفواكه الحمضية عصائر الفواكه الطماطم المخللات الكافاين الخل	هذه الأطعمة ترفع نسبة حموضة المعدة مما قد يسبب الألم للمعدة عند تناول الدواء. (يجب تناول الأدوية على معدة خالية)
بينسيلين			الأطعمة الحمضية: الفواكه الحمضية عصائر الفواكه الطماطم المخللات الكافاين الخل	هذه الأطعمة ترفع من نسبة حموضة المعدة مما قد يسبب الألم للمعدة عند تناول الدواء. (يجب تناول الدواء على معدة خالية)
تيراسيسيلين	سيروفلوكسين رابيدفلوكسين سيفران	سيروبيه بالكاسيوم: القسدة، الألبان، كل أنواع الجبن، الحليب الكرامة، كعكة الشوكولاتة، البيتزا	الأطعمة الغنية بالكاسيوم تسهل من عملية الهضم، إلا أنها قد تتفاعل مع مادة التيراسيسيلين، إذا فطيك التخفيف من هذه الأطعمة لضمان فعالية الدواء.	على الرغم من أن الأطعمة الغنية بالكاسيوم تسهل من عملية الهضم، إلا أنها قد تتفاعل مع مادة التيراسيسيلين، إذا فطيك التخفيف من هذه الأطعمة لضمان فعالية الدواء.
مضادات التجلط (مميعات الدم)	وارفارين	أفيلوكس ليفوفلوكسين	الأطعمة المحتوية على فيتامين ك: براعم البروكلي الملفوف اللفت السبانخ الملفوف الصيني	إن فيتامين ك يزيد من معدل تجلط الدم بالإضافة إلى التفاعلات السلبية التي تحصل داخل الجسم بالنسبة لخاصية تميع الدم التي تعمل عليها أدوية مضادات التجلط
مدر للبول	هيدروكلوروثيوريد فورساميد	إسبريكس لاكسيس سبينالوكتون ميدوركتيك	جلوتامات المونوصوديوم: التوابل اللحوم الخضراوات المفروزة	تتفاعل كل من جلوتامات الصوديوم وأدوية إدرار البول لتسبب التخلص من الماء الزائد المخزن في خلايا الجسم. فتقاعطهم معاً يمكن أن يقلل من كمية الماء اللازمة من الفيتامينات القابلة للذوبان (فيتامين ج و ب المركب) والمعادن.
مستحضر الغدة الدرقية	ت ٢ ت ٤	إوثيروكس إلتروكسين	براعم البروكلي الملفوف القرنبيط الكرونب اوراق الغار فول الصويا اللفت بعض أنواع التوابل	المواد الموجودة في هذه الأطعمة يمكن أن تتفاعل مع وظائف الغدة الدرقية. حيث يمكنها أن تؤدي من تضخم الغدة إلى مرض فشل كلي في عملية الأيض.