

服用心血管药期间喝枸杞茶可能引发中毒反应

吃药小心 这些“致命”组合

对于一些需要长期服药的慢性病患者来说,吃药和日常饮食是“相辅相成”的。一旦食物与药物“相冲”,不仅降低药效,还可能引起更严重的后果。

据《中国心血管健康与疾病报告2019》显示,我国心血管病现患人数约为3.3亿。近日,权威医学期刊发表的一份病理报告提示:服用一些心血管药期间喝枸杞茶,可能引发中毒反应。这个说法真的击中了很多人,为什么枸杞茶和心血管药会相互影响?服用心血管药还有哪些禁忌?上海交通大学医学院附属瑞金医院药剂科副主任石浩强、中南大学湘雅医院药学部临床药师胡琴、天津药物研究院副研究员李红珠等几位专家将一次为你说清楚。

心血管药+枸杞茶 或引起中毒

近日,发表在《欧洲心脏杂志》上的一份病例报告警示:服用心血管药物氟卡尼(抗心律不齐药)和华法林(抗凝药,预防血栓形成和脑梗发作)期间,喝枸杞茶或能引起中毒。

该报告描述,一名75岁的女性患者,曾于三年前做了心血管外科手术二尖瓣置换术,术后口服华法林治疗,并定期监测凝血功能,将国际标准化比值(INR)控制在2.5至3.5的目标范围内。

需要说明的是,INR能提示是否存在华法林用量不足或过量的情况,既能指导抗凝用量,又能有效避免出血发生。

两年前,该患者又因房性早搏,服用氟卡尼(100毫克,每日两次)治疗。而最近患者每天会饮用1至2杯枸杞茶,这期间,开始感觉头晕、恶心、极度疲劳,最终因晕厥到医院急诊就诊。入院时,经诊断为氟卡尼中毒。出院时,医生提醒这名患者停用枸杞茶。

在以上病例中,患者因为服用枸杞,引发了两种心血管药物中毒:一是氟卡尼中毒,导致致命室性心律失常发生;二是华法林过量引起INR增加。

究其原因,枸杞会抑制多种能够代谢华法林、氟卡尼药物的酶,最终导致中毒发生。研究认为,大剂量服用枸杞,一般来说超过6至12克可显著增强华法林的抗凝作用,很可能导致皮下出血等危险情况。

4类心血管药 各有“禁忌”食物

一些食物,不仅可能影响心血管药的疗效,还因此加重病情。心血管病患者服用以下药物时,一定要避免相互影响的食物。

服他汀类降脂药 少吃西柚
降脂药(他汀类)和西柚同服,会增加肝脏及肌肉毒性。他汀类药物是目前应用最广的一类降脂药,西柚中的活性成分会大大提高其在血液中的浓度。研究发现,高脂血症患者用一杯柚子汁送服一片洛伐他汀,与用一杯白水送服相比,血药浓度高出10至15倍。

汀,与用一杯白水送服相比,血药浓度高出10至15倍。

服降压药 少吃香蕉
香蕉可提供降低血压的钾离子,能把过多的钠离子排出体外,从而减小其升压作用,减小对血管的损害。

曾有研究显示,常吃香蕉可预防高血压,每天吃两根还可帮助改善血压状况。但在服用降血压药期间,尤其是调整药量阶段,最好少吃香蕉,否则可能加大药物的副作用,引起血压过低。

服利尿剂 少喝咖啡
咖啡因可以促进肾脏机能,有利尿作用。如果同时服用氢氯噻嗪、呋塞米等具有降压作用的利尿剂,使利尿作用增加,容易造成体内钠离子的过度流失。

服抗凝药 少吃绿叶蔬菜
抗凝药如华法林等能抑制维生素K,因而抑制依赖维生素K的凝血因子,防止血块进一步形成。一般食物的维生素K含量顺序依次为:绿叶蔬菜>肉类和蛋奶类>水果和谷类。因此,服用华法林前后应避免



吃大量的绿叶蔬菜,包括韭菜、菠菜等。

服用心血管药 找准最佳时段

冠心病药:晨后服

冠心病包括无症状性心肌缺血、心绞痛、心肌梗死、缺血性心力衰竭、猝死共5种,经常在晨醒后4至6小时内发生,每天上午6至12点发病率最高。此时,人体冠状动脉处于缺血状态,儿茶酚胺水平较高、血流阻力加大、血压上升,心肌耗氧量增大,心肌缺血严重。同时,血液黏度也较高,易形成血栓。

早上醒来后,服用硝酸酯类(如硝酸甘油、硝酸异山梨酯、单硝酸异山梨酯等)、钙拮抗剂(如硝苯地平、非洛地平、氨氯地平、维拉帕米等)、β-受体阻滞剂(普萘洛尔、美托洛尔、阿替洛尔等)等药物均可有效预防冠心病发生。

降压药:上午7点和下午2点服用

血压变化起伏不定,亚洲人群通常会呈现出血压“双峰

一谷”的现象,也称之为“杓型高血压”。即在早上9点至11点、下午4点至晚上6点之间血压较高,次日凌晨2至3点最低。

临床上有很多“非杓型”或“反杓型”高血压患者,在确定服药时间前,应先做个24小时动态血压监测,以选择正确降压药物和服药时间。

降脂药:晚上服用
降血脂药物以他汀类药物较为常用。由于肝脏合成胆固醇的高峰期多在夜间,故某些他汀类药物晚上或睡前服药比白天用药更有效。

他汀类药物一般为1日1次给药,剂量与药物的品种有关。活动性肝病患者、妊娠和哺乳期妇女等患者禁用。

最后,需要提醒的是,因为每种药的服用方法都有细微差别,具体服药方案需遵医嘱。

身体机能在日常生活中会出现时间节律性,如激素的分泌水平、血压的高低、体温的变化等。同种药物,在一天中的不同时间服用,其疗效与毒性也可能会有很大不同。

据《生命时报》

总是漏服药怎么办? 下顿加倍补行不?

很多慢性病患者苦恼的一件事就是经常漏服药,一旦发现漏服很多人都会考虑要不要下顿加倍补服。漏服药怎样补救才科学? 日常生活中怎样避免漏服药呢? 广州市第一人民医院药师卢国勇为大家支招。

避免漏服药物 日常可这样做

使用分时药盒:患者只需把药物放进对应颜色或带标注的药盒里,即可清晰知道药物服用与否了,这里值得注意的是需检查药盒的密封性,以防放进去的药物受潮变质。

设置闹钟提醒:此方法操作简单,通过闹钟的提醒,患者提前准备服用药物,但需要注意的是意外关闭闹钟而漏服药物。

使用长效制剂(如缓释控释剂):在医生或药师的指导

下使用,此类药物可避免一天多次给药,这样就可以减少漏服药发生的概率。

使用小标签进行提醒:把需要服用的药物写在小标签上,并且把小标签贴在醒目位置,服药后把小标签撕下即可。

这些药物发生漏服 加倍补服有危险

卢国勇特别提醒,临床上有一些药物发生漏服时,下顿是不能加倍补服的,否则可能发生危险。

比如说,以地高辛、氨茶碱、万古霉素、苯妥英钠、卡马西平、秋水仙碱、碳酸锂、丙戊酸钠为代表的一类药治疗剂量与中毒剂量相近,使用过量容易导致中毒现象的发生,正常服药期间需监测血药浓度,漏服时切勿擅自加倍补服,防止药物过量。

一些平时安全可靠的药

物,当过量服用时也容易导致药物的不良反应增大,如退烧药乙酰氨基酚过量服用可致肝肾损害、抗痛风药别嘌醇过量可致肝损害及皮疹、降糖药格列本脲过量可诱发低血糖,抗高血压药卡托普利、依那普利过量可致干咳加重、低血压等现象发生。

另外,不同剂量的阿司匹林有着不同功效。卢国勇说,小剂量阿司匹林(75至150mg)可有效抵抗血栓聚集,是预防及治疗心脑血管疾病的常用剂量。当剂量达到300至500mg时,主要用于解热、镇痛。所以,在补充服用药物之前一定要咨询药师。

药物补服遵循这三个原则

除了上述药物外,其他药物发现漏服时也不可擅自加倍补服,应该遵循以下补服原则。

看漏服时间

若漏服发生在两次用药间隔时间1/2以内,应当按原剂量补服,下次服药仍按原来时间进行,若超过两次用药间隔时间的1/2,则不可补服。亦可在发现漏服时立刻补服,但下次服药时间应在本次服药时间上顺延。

看服药次数

对于每天服用一次的药物,当天发现漏服应立刻进行补服,次日发现漏服则无需补服,按原剂量服药即可。

看药物种类

口服降糖药、降血压药若发现漏服时间过长并接近下次服药时间,应结合当时血糖、血压的高低进行补服。卢国勇说,若血糖、血压波动不大,则到服药时间点按原剂量补服即可。若血糖、血压波动较大,应立刻按原剂量进行补服,并适当顺延下次服药时间。 据《羊城晚报》



鲁中晨报 公告挂失寻人
24小时手机/微信: 15253311449
全市联动 0533-3595671

挂失声明

★李正可丢失身份证,号码:370302197305245119,声明作废。
★谭守东(身份证号:452123198003045514)丢失取保候审保证金交款凭证,金额:伍万元整,特此声明。
★本人邵璐丢失购房收据一张,收据号:2613208,金额:-4175元,声明作废。

友情提示:本版信息仅为持证人的单方及形式发布,不作为最终有效法律依据、不作为相关责任的依据。以具有管理权限的行政部门或主体对其的业务审核认定为准。