

藥物與食物交互作用注意事項

一、藥怎麼吃才正確

生活中有某些食物與藥物是不能一起吃的，包括果汁、茶葉、牛奶…等，不正確的使用方式，會改變藥物的吸收或代謝，造成藥效減弱、治療失敗，甚至危害生命安全。為了維護您的身體健康，請您在服用藥物前，詳細閱讀藥袋上說明及注意事項，用藥期間有任何問題，也請儘速洽詢藥師或醫師。

二、吃藥配白開水最好

為了消除藥物在口中產生的氣味，有些人會用自己喜歡的飲品來吞服藥物，其實這是錯誤的方法，例如：葡萄柚汁會抑制肝臟內的酵素，減緩藥物的代謝速度及增強副作用；牛奶內含大量的鈣，容易與藥物結合而降低藥效；酒會干擾藥物代謝，影響療效及增加肝臟負擔；咖啡或茶葉，會影響藥物代謝，降低藥效及增強副作用。

三、不適合併服的藥物與食物

食物或飲品	藥物類別	影響結果
蔓越莓汁	抗凝血劑	增加藥效，容易出血
含維生素K食物 (深綠色蔬菜、綠茶)	抗凝血劑	降低藥效，產生血栓
茶葉	鐵劑	降低藥效
咖啡因飲料 (咖啡、茶、可樂)	鎮靜安眠藥 氣管擴張劑	降低藥效 加強噁心、心悸副作用
葡萄柚汁	所有藥物 避孕藥	增加藥效及副作用 發生機會
高鉀食物 (綠色蔬菜、柑橘、 柳丁、柿子、香蕉)	保鉀利尿劑 心血管用藥 非類固醇消炎藥	高血壓、心臟功能異常

三、不適合併服的藥物與食物(續)

食物或飲品	藥物類別	影響結果
酒精飲料	鎮靜安眠藥 高血壓用藥 糖尿病用藥 止痛藥	干擾代謝，使血壓下降 、血糖不穩、嗜睡
富含酪胺食物 (香腸、臘肉、乳酪、優格、啤酒、泡菜、醬油、雞肝、香蕉、酪梨)	抗憂鬱劑 抗結核藥	血壓升高
牛奶	抗生素 (四環素、喹諾酮類) 骨質疏鬆劑 (雙磷酸鹽)	鈣容易與藥物結合，減少藥品吸收，降低藥效

參考資料:

Micromedex® 2.0(electronic version). Thomson Reuters(Healthcare Inc.) Greenwood Village, Colorado, USA. <https://www.thomsonhc.com>.

衛生福利部食品藥物管理署

<https://www.fda.gov.tw/TC/index.aspx>

諮詢電話02-26723456轉6459

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院