

## Szpital Uniwersytecki nr 2 im. dr Jana Biziela w Bydgoszczy

Opakowania suplementów diety oraz leków bardzo rzadko lub wcale nie zawierają informacji o interakcjach, jakie mogą wystąpić podczas stosowania danego specyficznego środka spożywczego z lekami przepisywanymi na receptę, dostępnymi bez recepty oraz suplementami. Nieprawidłowy proces leczenia, zwiększone ryzyko wystąpienia działań niepożądanych – to możliwe konsekwencje **równoległego stosowania** suplementów diety, leków oraz wybranych składników żywności. Powszechna dostępność różnorodnych suplementów, które są prezentowane w superlatywach, sprawia, że są chętnie nabywane w przekonaniu o ich właściwościach wzmacniających. Ich przyjmowanie bywa nieuzasadnione lub są stosowane w zbyt dużych ilościach, co może być niebezpieczne dla zdrowia, w szczególności gdy towarzyszą określonej terapii. Suplementy diety oraz składniki żywności mogą zmieniać działanie stosowanych leków, np. poprzez zmniejszenie wchłaniania antybiotyków, leków przeciwdrgawkowych, preparatów kardiologicznych i wielu innych, a także zwiększenie ich wydalania lub zaburzenie metabolizmu oraz wystąpienie wielu innych działań niepożądanych. W poniższym kompendium zebraliśmy najważniejsze informacje o interakcjach dla Państwa.

### Interakcje leki – suplementy diety

Suplement diety	Kategoria leku wg działania	Mechanizm i/lub skutki interakcji
<b>Wapń</b>	B-blokery stosowane w chorobie niedokrwiennej serca, nadciśnieniu, zaburzeniach rytmu serca	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Moczopędne	Wpływa na metabolizm leku. Lek obniża wydalanie wapnia
	Hormony tarczycy	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Glikozydy nasercowe	Wpływa na metabolizm. Wzrost toksyczności leku
	Przeciwwarytmiczne	Wpływa na metabolizm leku
<b>Żelazo</b>	Przeciwbakteryjne	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Stosowane w chorobie Parkinsona	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Hormony tarczycy	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwnadciśnieniowe	Obniża biodostępność. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwwzaplane (choroba Leśniowskiego – Crohna, nieswoiste zapalenie jelita grubego)	Obniża absorpcję żelaza i/lub leku. Niedobory żelaza i /lub zmniejszenie działania leku
<b>Magnez</b>	Przeciwnadciśnieniowe	Wpływa na metabolizm (obniża biodostępność) Zmniejszenie działania leku
	Stosowane w niedokrwistości	Obniża absorpcję żelaza. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwbólowe	Wzrost wydalania. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwwkrzepowe	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwbakteryjne	Wpływa na metabolizm. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwgrzybicze	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku

	Przeciwpyschosomatyczne Przeciwlękowe	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Glikozydy nasercowe	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Rozszerzające oskrzela	Zwiększa absorpcję. Wzmaga działanie leku. Zwiększone ryzyko działań niepożądanych
	Hamujące wydzielanie kwasu solnego w żołądku	Wpływa na metabolizm
	Stosowany w chorobie Parkinsona	Wzrasta absorpcja. Wzmaga działanie leku. Zwiększone ryzyko działań niepożądanych
	Przeciwbakteryjne	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Stosowane w chorobie Wilsona	Obniża absorpcję. Zmniejszenie działania leku
	Przeciwarytmiczne	Obniża ciśnienie krwi
	Glikozydy nasercowe	Zwiększona utrata magnezu z moczem, hipomagnezemia może nasilać toksyczne działanie leku
<b>Potas</b>	Przeciwnadciśnieniowe	Wpływ ma ,metabolizm. Powoduje wzrost stężenia potasu we krwi; nadmiar potasu może powodować zaburzenia rytmu serca (do zatrzymania czynności serca włącznie), osłabienie mięśni, senność, bóle głowy
	Moczopędne	Wzrost stężenia potasu we krwi. Skutki hiperpotasemii jw.
<b>Witamina C</b>	Przeciwbólowe Przeciwgorączkowe	Wzrost wydalania witaminy C
	Stosowane w zaburzeniach hormonalnych (etynyloestradiol)-wchodzi w skład środków antykoncepcyjnych	Wzrost stężenia leku. Ryzyko nasilenia działań ubocznych
	Stosowane w leczeniu niedokrwistości (żelazo)	Wzrost absorpcji żelaza. Większa skuteczność leku
<b>Kwas foliowy</b>	Przeciwdrgawkowe Przeciwarytmiczne	Możliwe obniżenie skuteczności leku
	Przeciwzapalne (ch. Leśniowskiego – Crohna, nieswoiste zapalenie jelita grubego)	Obniża absorpcja kwasu foliowego, może prowadzić do jego niedoborów
<b>Witamina B<sub>6</sub></b>	Przeciwgruźlicze	Wpływ na metabolizm B <sub>6</sub> . Niedobór witaminy
	Przeciwdrgawkowe Uspokajające	Wpływa na metabolizm. Zmniejszenie skuteczności leku
	Stosowane chorobie Parkinsona	Wpływa na metabolizm. Zmniejsza skuteczność leku.