بينها الفياغرا... طبيب يحذر من تناول هذه الأدوية مع الطعام

يتناول البعض الأدوية دون الانتباه لأهمية توقيت تناول الطعام وتأثيره على فعالية الدواء والذي قد يكون له تأثيرات خطيرة على الصحة، حتى لو شربت كوباً من القهوة أو عصير البرتقال.

ويمكن لشرب أو أكل طعام في توقيت متقارب مع تناول الدواء أن يقلل امتصاص الجسم للمادة الفعالة ما يترك حالات مثل ارتفاع ضغط الدم وقصور القلب ومشاكل الغدة الدرقية دون علاج، وفق ما نشرت صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

ونقلت الصحيفة عن الدكتور زين حسن، أخصائي التخدير في لوس أنجلوس، قوله إن:"5 أدوية شائعة تصبح أقل فعالية إذا تم تناولها قبل أو بعد الوجبة مباشرة، منوها إلى أهمية استشارة الطبيب لمعرفة طريقة تناول الدواء".

علاج قصور الغدة الدرقية

وبحسب حسن فإن دواء السينثرويد (ليفوثيروكسين)، والذي يستخدم لعلاج قصور الغدة الدرقية، يؤدي تناوله مع الأطعمة التي تحتوي على الكالسيوم والحديد مثل منتجات الألبان واللحوم الحمراء إلى تقليل قدرة الأمعاء على امتصاص الدواء.

وتوصي الجمعية الأميركية للتخدير بتناول عقار السينثرويد على معدة فارغة قبل تناول الطعام بـ 30 إلى 60 دقيقة لتجنب هذا "الامتصاص غير المنتظم".

إن ترك قصور الغدة الدرقية دون علاج قد يؤدي إلى آلام الأعصاب وارتفاع نسبة الكوليسترول والعقم.

أدوية العظام

كما حذر حسن من تناول الأدوية التي تساعد على زيادة قوة العظام وكثافتها، وهي أدوية توصف غالبا لهشاشة العظام وتعرف باسم (البايفوسفونات).

وهشاشة العظام هي حالة تصيب كبار السن غالبا وتجعل العظام هشة وعرضة للكسر، بالإضافة إلى بعض أنواع السرطان التي انتشرت إلى العظام.

وقال الدكتور حسن:"لا يُنصح بتناول البايفوسفونات مع الطعام لأنها قد تقلل من امتصاصها".

ويوصي الخبراء:"بتناول هذه الأدوية على معدة فارغة مع كوب كامل من الماء، وكذلك الانتظار لمدة 30 دقيقة بعد تناول الطعام أو الشراب".

وإذا تُرِكَت العظام دون علاج، فقد تصبح هشة للغاية لدرجة أنها تنكسر من إصابات طفيفة.

الفياغرا

يتناول الفياغرا المعروف أيضاً باسم السيلدينافيل الملايين حول العالم بما في ذلك أعداد متزايدة من الرجال في العشرينات والثلاثينيات من العمر.

يساعد العقار على استرخاء العضلات والشرايين في القضيب، مما يزيد من تدفق الدم، مما يساعد على

الحفاظ على الانتصاب.

ووفقاً لحسن:"إذا تناولت السيلدينافيل أو الفياغرا مع الطعام في العشاء، فلن يعمل بشكل جيد. نعم، هذا هو السبب في أنه لا يعمل بشكل جيد".

ويُنصح بتناول الفياغرا إما قبل ساعة من ممارسة الجنس على معدة فارغة أو بعد ساعتين من تناول الطعام للتأكد من فعاليته.

ويمكن للوجبات الدهنية بشكل خاص أن تمنع امتصاص المادة الفعالة في الفياغرا، سترات السيلدينافيل، وتؤخر الانتصاب بحوالي ساعة.

أدوية الضغط

حذر الدكتور حسن أيضاً من تناول بعض الأدوية التي تستخدم لعلاج ارتفاع ضغط الدم مع الطعام مثل الكابتوبريل.

وقال الدكتور حسن:"لا ينبغي لك تناول الكابتوبريل مع الطعام. من المفترض أن تنتظر ساعتين بعد تناول وجبة الطعام أو تناوله قبل الطعام في الصباح".

ومثل الأدوية الأخرى المدرجة في القائمة، فإن تناول الطعام مع الكابتوبريل يمكن أن يجعله أقل فعالية.

وإذا لم يكن من الممكن التحكم في ارتفاع ضغط الدم، فإن الأوعية الدموية تتضرر بمرور الوقت وتواجه صعوبة في نقل الدم إلى القلب، هذا يجبر القلب على العمل بجهد أكبر، مما يجهده ويزيد من خطر الإصابة بالنوبات القلبية.

أدوية المعدة

ونصح الدكتور حسن بعدم تناول الأدوية التي تستخدم في علاج حرقة المعدة وقرحة المعدة مثل مثبطات مضخة البروتون (PPIs) مع الطعام.

تمنع هذه الأدوية إنتاج حمض المعدة، وإنتاج الحمض ينشط مع تناول الطعام، لذا فإن تناول الدواء مع وجبة الطعام يلغي فوائد الدواء.

ونصح حسن بتناول هذه الأدوية قبل الوجبات بنصف ساعة أو ساعة.

قد يؤدي ارتداد الحمض غير المنضبط إلى التهاب وتندب وتضييق المريء، مما قد يؤدي إلى الألم وصعوبة البلع.