Drug-Food Interactions

药物及食物的相互作用

Interaksi Ubat dan Makanan

மருந்து மற்றும் உணவு இடைச்செயல்கள்

The abc's of Health

Changi General Hospital
SingHealth

What is a drug-food interaction?

What you eat and drink can affect the way your medicine works. A drug-food interaction occurs when the food you eat causes a change in how your medicine works. This interaction may stop your medicine from working properly.

Drug-food interactions can occur with both prescription medicines as well as over-the-counter medicines. This leaflet is intended to improve awareness of possible common drug-food interactions and how to avoid them. However, it is not a complete list of all possible interactions. Therefore, you should always ask your doctor, pharmacist or nurse regarding drug-food interactions when starting a new medicine.

When taking medicines it is important to follow the information on the label and instructions given to you by your doctor or pharmacist.

Are there any medicines affected by food?

Not all medicines are affected by food. Some medicines can be affected by the type of food you eat and the time you take the food.

When taken together at about the same time, some foods can affect the absorption of some medicines from the gut. These medicines should be taken on ***an empty stomach,*** which is 30 minutes – 1hour before or 2 hours after a meal. Examples of these medications include:

- certain antibiotics – e.g. cloxacillin, penicillin V, rifampicin
- thyroid replacement medication – e.g. levothyroxine
- medication to treat osteoporosis – e.g. alendronate, risedronate

On the other hand, some medicines can cause stomach discomfort. These medicines should be taken ***with or after food*** to help reduce this. Examples of these medications include:

- medication used to reduce risk of clot or stroke – e.g. aspirin, clopidogrel
- oral steroids – e.g. prednisolone, hydrocortisone, dexamethasone
- painkillers – e.g. ibuprofen, diclofenac, tramadol

Some medicines should not be taken at the same time ***as dairy products***, (milk, cheese and / or yoghurt) or products containing ***calcium, magnesium and / or iron***. The medicines below should be taken at least 2 hours apart from these products. Examples of these medications include:

- certain antibiotics – e.g. ciprofloxacin, doxycycline
- thyroid replacement medication – e.g. levothyroxine
- medication to treat osteoporosis – e.g. alendronate, risedronate

If you are taking warfarin (usually used to prevent or treat blood clots), the amount of vitamin K in your diet should be balanced. Please ask your nurse or pharmacist for a copy of the "Warfain Therapy" for more information.

Certain medicines can be affected by food products that are rich in tyramine (e.g. alcohol, cheese, avocados, soy sauce). These food products should be avoided if you take certain anti-depressants (e.g. moclobemide) or linezolid (an antibiotic).

Are there any medicines affected by what I drink?

In general, oral medicines should be taken with a full glass of water. Do not take medicines with a hot drink or alcohol as this may affect how much of the medicine gets into the body and how well it works.

Alcohol

In general, it is safer to avoid or limit your alcohol intake when taking medication. Alcohol may increase the sedating effect of medicines and should be avoided if you are taking metronidazole (an antibiotic).

Caffeine

Caffeine (found in tea, coffee and chocolate) intake in high amounts (more than 5 cups of coffee per day) may affect certain medicines. In general it is safer to limit your caffeine intake when taking the following medicines. Examples of these medications include:

- medication used for respiratory conditions – e.g. salbutamol, fenoterol, theophylline
- medication used to help sleep or relax – e.g. diazepam, lorazepam, zolpidem

Grapefruit Juice

Grapefruit juice may affect how certain medicines are cleared from the body. You should avoid taking grapefruit juice if you are prescribed any of the medication below. All other fruit juices are safe to drink when taking medicine. Examples of these medications include:

- cholesterol-lowering medication – e.g. simvastatin, atorvastatin, lovastatin
- certain medication used for heart conditions – e.g. nifedipine, amlodipine, verapamil, diltiazem
- certain medication for the immune system – e.g. ciclosporin, tacrolimus

Can I take herbal or traditional medicines or supplements with my prescribed medicines?

Herbal and traditional medicines may affect how your prescribed medicine works in an unpredictable way. If you wish to take any supplements containing herbal or traditional medicine, check with your pharmacist or doctor first to see if it is safe to do so. Be sure to also inform your pharmacist or doctor about all medicines you are taking.

References:
1. Drug Food Interactions. Available at: http://familydoctor.org/familydoctor/en/drugs-procedures-devices/prescription-medicines/drug-food-interactions.html. Accessed Sep 2013.
2. Avoid Food-Drug Interactions A guide from the National Consumers League and U.S Food and Drug Administration. Available at: http://www.nclnet.org/images/PDF/fadi-freepreview.pdf. Accessed Sep 2013.

什么是药物及食物的相互作用?

您是否晓得某些食品及饮料会影响药物对您的效果? 食物与药物的反面互动会让您所服用的某些药物产生负面影响。该作用会让您所服食的药物无法完全发挥应有的效用。

无论是由医生所选配的药物或自行从药房所购买的药物，该相互作用都会对它们的效用有一定的影响。此册子将带给您有关的资料, 让您对药物及食物的相互作用有基本的了解，从而让您晓得如何避免该作用。由于册子里所提供的资料并不完整, 因此该内容只适于参考。如有相关的疑问，请向您的医生或药剂师询问, 尤其是当您即将开始服用新药物的时候。

在服用任何新药物之前，切记遵循标签上的说明及指示以确保您的安全。

哪些食品对药物会产生负面的影响?

不是每样食品都会对药物带来负面的影响或者影响它们的功效。然而, 某些药物的功效却有可能会被您服食药物的时间或饮食习惯所影响。当您同时服用药物和食物, 有些药物的功效可能会被减弱，因为食物减低了药物被身体吸收的份量，药物也因而无法达到应有的功效。正确的服药方式是空着肚子服用。也就是说, 在饮用正餐的30分钟或1个小时之前服用您的药物，或者在吃正餐的2个小时后才服食您的药物。相关例子包括:

- 某些抗生素，例如: cloxacillin, penicillin v, doxycycline, rifampicin
- 甲状腺的药物，例如: levothyroxine
- 骨质疏松症的药物，例如: alendronate, risedronate

相反的，有些药物可能导致肠胃不适。为了避免该问题，正确的处理方式是同时与正餐服用或者饭后才服用您的药物。相关例子包括：

- 减低中风风险的药物，例如：aspirin, clopidogrel
- 类固醇，例如：prednisolone, hydrocortisone, dexamethasone
- 止痛药，例如：ibuprofen, diclofenac, tramadol

有些药物也不适合与牛乳制品（*如牛奶、乳酪、冰淇淋或酸乳酪*），以及附有钙质、镁、或铁质的食品同时服用。如需饮用以上所例下的食品，服食药物的时间应当与该食品相隔至少2个小时。相关例子包括：

- 某些抗生素，例如：cloxacillin, penicillin V, doxycycline, rifampicin
- 甲状腺的药物，例如：levothyroxine
- 骨质疏松症的药物，例如：alendronate, risedronate

如果您正服用Warfarin（通常用来防止血块凝固），您必须控制您所摄取的维他命K份量，以至取得饮食平衡。欲知有关Warfarin Therapy的资料，请向您的药剂师或护士索取相关册子。

有些药物的效果会被掺有对羟苯基乙胺 (Tyramine)的食品和饮料所影响，例如酒类、乳酪、鳄梨、及酱油。如果您正在服食抗忧郁的药物，例如 Moclobemide；或名为 Linezolid 的抗生素，请避免服食以上所提到的食品。

饮料是否会对我所服食的药物产生反效果？

在一般情况下，各药物应以一杯开水配用。请勿以酒或热饮料当水来服食各种药物。这将会影响您身体对药物的摄取量。

酒类

在一般情况下，请避免或减少酒精的饮用并勿以酒代水和您的药物同时食用，因為酒精会提高晕眩的可能性。 如果您在服用一种叫Metronidazole的抗生素，也请您避免饮用酒精。

咖啡因

茶，咖啡及巧克力都含有咖啡因的成份。大量服用含有咖啡因的食水(例如每日饮用五杯以上的咖啡)将会影响药物的功效。总的来说，在服用以下药物时，请限制咖啡因的摄取量：

- 控制哮喘药物，例如：salbutamol, fenoterol, theophylline
- 有助于睡眠的药物，例如：diazepam, lorazepam, zolpidem

葡萄柚汁

葡萄柚汁会影响某些药物被排除于体外的方式。一般的果汁并不会对药物产生负作用。如果您在服用以下药物，请勿饮用葡萄柚汁：

- 降低胆固醇的药物，例如：simvastatin, atorvastatin, lovastatin
- 控制心脏病的药物，例如：nifedipine, amlodipine, verapamil, diltiazem
- 免疫抑制剂，例如：ciclosporin, tacrolimus

在服食西药的期间是否能服用中药或补品?

中药或补品对西药效力的影响是难以预测的。如有须要，请向您的医生询问您是否适于同时服用中、西药。切记，在服食中药之前， 请把您的病历和正在服食的所有药物向您的医生清楚说明，以至对症下药。

Apakah interaksi ubat dan makanan?

Apa yang anda makan dan minum boleh memberi kesan terhadap cara ubat anda bertindak. Interaksi ubat dan makanan berlaku apabila makanan yang anda makan menyebabkan perubahan dalam cara ubat anda bertindak. Interaksi ini boleh menghalang ubat anda daripada berfungsi dengan sempurna.

Interaksi ubat dan makanan boleh berlaku dengan ubat preskripsi dan juga ubat yang dibeli dari luar. Risalah ini bertujuan meningkatkan kesedaran tentang interaksi umum ubat-makanan yang boleh berlaku dan cara mengelakkannya. Walau bagaimanapun, ini bukan senarai yang lengkap untuk semua interaksi yang boleh berlaku. Oleh itu anda mesti sentiasa merujuk kepada doktor, ahli farmasi atau jururawat anda mengenai interaksi ubat-makanan apabila memulakan ubat baru.

Semasa mengambil ubat, anda mesti mengikut maklumat pada label dan arahan yang diberi kepada anda oleh doktor atau ahli farmasi anda.

Ubat apa yang boleh terjejas oleh makanan?

Bukan semua ubat terjejas oleh makanan. Sesetengah ubat boleh terjejas bergantung kepada jenis makanan yang anda makan dan waktu anda memakan makanan tersebut.

Sekiranya diambil pada waktu yang lebih kurang sama, sesetengah makanan boleh menjejas penyerapan beberapa ubat ke dalam perut. Ubat-ubat ini hendaklah diambil dengan ***perut kosong*** dan ini bermaksud sekurang-kurangnya 30 minit hingga 1 jam sebelum atau 2 jam selepas makan. Contoh-contoh ubat ini termasuk:

- antibiotik-tertentu – cth. cloxacillin, penicillin V, rifampicin
- ubat penggantian tiroid – cth. levothyroxine
- ubat untuk merawat osteoporosis – alendronate, risedronate

Sebaliknya, sesetengah ubat boleh menyebabkan anda mengalami sakit perut. Ubat-ubat ini hendaklah diambil ***dengan atau selepas makanan*** untuk mengurangkan keadaan ini. Contoh-contoh ubat ini termasuk:

- ubat cair darah – cth. aspirin, clopidogrel
- steroid – cth. prednisolone, hydrocortisone, dexamethasone
- ubat tahan sakit – cth. ibuprofen, diclofenac, tramadol

Sesetengah ubat tidak harus diambil pada waktu yang sama ***seperti hasil tenusu*** (susu, keju, dan / atau yogurt) atau produk ***yang mengandungi kalsium, magnesium dan/atau besi***. Ubat-ubat yang di bawah mesti diambil pada jarak masa sekurang-kurangnya 2 jam daripada pengambilan produk-produk makanan ini. Contoh-contoh ubat ini termasuk:

- antibiotik tertentu – cth. ciprofloxacin, doxycycline
- ubat penggantian tiroid – cth. levothyroxine
- ubat untuk merawat osteoporosis – cth. alendronate, risedronate

Jika anda sedang mengambil warfarin (biasanya untuk menghalang atau merawat darah beku), jumlah vitamin K dalam diet anda mesti diseimbangkan. Untuk mendapatkan maklumat lanjut, sila minta satu salinan risalah CGH tentang Terapi Warfarin daripada jururawat atau ahli farmasi anda.

Ubat-ubat tertentu boleh terjejas oleh produk-produk makanan yang kaya dalam kandungan tiramina (cth. alkohol, avokado keju, kicap). Produk-produk makanan ini harus dielak jika anda mengambil ubat untuk kemurungan tertentu (cth. moclobemide) atau linezolid (sejenis antibiotik).

Ubat apa yang boleh terjejas oleh minuman?

Secara amnya, ubat oral hendaklah diambil dengan segelas penuh air. Jangan makan ubat dengan minuman panas atau alkohol kerana ini boleh menjejas jumlah ubat yang diserap ke dalam badan anda dan tahap fungsinya.

Alkohol

Secara amnya, adalah lebih selamat untuk dielakkan atau mengehadkan pengambilan alkohol apabila mengambil ubat. Alkohol boleh meningkatkan kesan sedatif ubat-ubatan dan hendaklah dielak sekiranya anda mengambil metronidazole (sejenis antibiotik). Pengambilan alkohol lebih selamat dihadkan atau dielakkan semasa mengambil ubat.

Kafein

Pengambilan kafein (yang ditemui dalam teh, kopi & coklat) dalam kandungan tinggi (lebih daripada 5 cawan sehari) boleh menjejas ubat-ubat tertentu. Adalah lebih selamat untuk mengehadkan pengambilan kafein anda apabila mengambil ubatan yang berikut. Secara umum ia adalah lebih selamat untuk menghadkan pengambilan kafein anda apabila mengambil ubat yang berikut. Contoh-contoh ubat ini termasuk:

- ubat yang digunakan untuk fungsi pernafasan – cth. salbutamol, fenoterol, theophylline
- ubat yang digunakan untuk membantu anda tidur atau bersantai – cth. diazepam, lorazepam, zolpidem

Jus Limau Gedang (Grapefruit)

Jus limau gedang boleh memberi kesan terhadap cara ubat-ubatan tertentu disingkirkan daripada tubuh. Anda harus mengelak daripada mengambil jus limau gedang sekiranya anda menerima mana-mana daripada ubat preskripsi yang di bawah: Semua jus buah-buahan lain selamat diminum semasa mengambil ubat:

- ubat yang mengurangkan tahap kolesterol – cth. simvastatin, atorvastatin, lovastatin
- ubat untuk tekanan darah tinggi dan keadaan jantung – cth. nifedipine, amlodipine, verapamil, diltiazem
- ubat-ubatan yang bertindak terhadap sistem imun – ciclosporin, tacrolimus

Bolehkah saya mengambil ubat herba atau tradisional atau bahan tambahan dengan ubat preskripsi saya?

Ubat herba dan tradisional boleh menjejas cara ubat yang dipreskripsi berfungsi dalam cara yang tak dijangka. Jika anda ingin mengambil apa-apa bahan tambahan yang mengandungi ubat herba atau tradisional, anda mesti merujuk kepada ahli farmasi atau doktor anda terlebih dahulu untuk memastikan adalah selamat untuk berbuat demikian. Pastikan anda juga memaklumkan ahli farmasi atau doktor anda mengenai semua ubat yang anda sedang ambil.

மருந்து மற்றும் உணவு இடைச்செயல் என்பது என்ன?

நீங்கள் சாப்பிடுபவைகளும் குடிப்பவைகளும் உங்களுடைய மருந்து செயல்படும் விதத்தைப் பாதிக்கக்கூடும். நீங்கள் சாப்பிடும் உணவு உங்களுடைய மருந்து செயல்படும் முறையில் மாற்றத்தை ஏற்படுத்தும்போது மருந்து மற்றும் உணவு இடைச்செயல் நடைபெறுகிறது. இந்த இடைச்செயல் உங்கள் மருந்து முறையாகச் செயல்படுவதை நிறுத்தக்கூடும்.

பரிந்துரைக்கப்படும் மருந்துகள், மற்றும் கடைகளில் வாங்கப்படும் மருந்துகள் ஆகிய இரண்டின் மூலமும் மருந்து மற்றும் உணவு இடைச்செயல்கள் நிகழக்கூடும். இந்தத் துண்டுப் பிரசுரம் சாத்தியமுள்ள பொதுவான மருந்து-உணவு இடைச்செயல்கள் குறித்தும், அவற்றை எவ்வாறு தவிர்ப்பது என்பது குறித்தும் உங்களுக்கு விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவதற்காகத் திட்டமிடப்பட்டுள்ளது. இருப்பினும், இது அனைத்து இடைச்செயல்களையும் கொண்ட ஒரு முழுமையான பட்டியல் அல்ல. எனவே ஒரு புதிய மருந்தை எடுத்துக்கொள்ளத் தொடங்கும்போது மருந்து-உணவு இடைச்செயல்கள் குறித்து நீங்கள் எப்பொழுதும் உங்களுடைய மருத்துவர், மருந்தாளுநர் அல்லது செவிலியரிடம் கேட்க வேண்டும்.

மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளும்போது குறிப்புச்சீட்டில் உள்ள தகவல்களையும், உங்களுடைய மருத்துவர் அல்லது மருந்தாளுநரால் தெரிவிக்கப்படும் நெறிமுறைகளையும் பின்பற்றுவது முக்கியமானதாகும்.

உணவினால் பாதிக்கப்படும் மருந்துகள் ஏதேனும் உள்ளதா?

அனைத்து மருந்துகளும் உணவினால் பாதிக்கப்படுவதில்லை. எந்த உணவு வகையை

நீங்கள் எடுத்துக்கொள்கிறீர்கள் மற்றும் அந்த உணவை எந்த நேரத்தில் நீங்கள் எடுத்துக்கொள்கிறீர்கள் என்பதைப் பொறுத்து சில மருந்துகள் பாதிப்படையக்கூடும்.

ஒரே சமயத்தில் சேர்த்து எடுத்துக்கொள்ளும்போது, சில உணவுகள்

மருந்துகள் குடலிலிருந்து உறிஞ்சப்படுவதை பாதிக்கக்கூடும்.இந்த மருந்துகளை காலி வயிற்றில் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும், அதாவது உணவுக்கு முன் 30 நிமிடம் முதல் 1 மணி நேரம் வரை முன்னதாக அல்லது உணவுக்குப் பின் 2 மணி நேரம் கழித்து எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இத்தகைய மருந்துகளுக்கான எடுத்துக்காட்டுகளாவன:

- குறிப்பிட்ட சில எதிர்உயிரிகள் – எ.கா. குளோக்ஸாசிலின், பெனிசிலின் V, ரி.ஃபாம்பிசின்
- தைராய்டு மருந்து – எ.கா. லெவோதைராக்ஸின்
- எலும்புப்புரை நோயைக் குணப்படுத்துவதற்கான மருந்து – எ.கா. அலென்ட்ரொனேட், ரைசெட்ரொனேட்

மாறாக சில மருந்துகள் வயிற்று உபாதைகளை ஏற்படுத்தக்கூடும். இதைக் குறைப்பதற்காக இந்த மருந்துகளை உணவுடன் சேர்த்து அல்லது உணவுக்குப் பின்பு எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். உதாரணத்திற்கு:

- இரத்த இளக்கிகள் – எ.கா.ஆஸ்பிரின், குளோபிடோக்ரெல்
- ஸ்டீராய்டுகள் – எ.கா. பிரெட்னிசொலோன், டெக்ஸாமெத்தசோன், ஹைட்ரோகார்டிசோன்
- குறிப்பிட்ட வலி நிவாரணிகள் – எ.கா. இபுப்ரோ.ஃபென், டைக்ளோ.ஃபெனாக் மற்றும் ட்ராமடால்

சில மருந்துகளை பால் பொருட்கள், (பால், பாலடைக்கட்டி மற்றும் தயிர்), கால்சியம், மக்னீசியம் ஆகியவற்றைக் கொண்டுள்ள பொருட்களை உட்கொள்ளும்போது எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.இந்த மருந்துகளை குறைந்தபட்சம் 2 மணி நேரத்துக்குப் பிறகு எடுத்துக்கொள்ள வேணடும். இத்தகைய மருந்துகளுக்கான எடுத்துக்காட்டுகளாவன:

- குறிப்பிட்ட சில எதிர்உயிரிகள் – எ.கா. சிப்ரோ.ஃப்ளாக்ஸஸின் மற்றும் டாக்ஸிசைக்ளின்
- தைராய்டு மருந்து – எ.கா. லெவோதைராக்ஸின்
- எலும்புப்புரை நோயைக் குணப்படுத்துவதற்கான மருந்து – எ.கா. அலென்ட்ரொனேட், ரைசெட்ரொனேட்

நீங்கள் வார்.ஃ.பாரின் (வழக்கமாக இரத்தக் கட்டிகளைத் தடுப்பதற்கு பயன்படுத்தப்படுகின்றது) எடுத்துக்கொண்டிருந்தால், உங்களுடைய உணவில் உள்ள வைட்டமின் கே-யின் அளவு சமநிலைப்படுத்தப்பட வேண்டும். தயவுசெய்து கூடுதல் தகவல்களை அறிந்துகொள்ள வார்.ஃ.பாரின் சிகிச்சை குறித்த துண்டுப் பிரசுரத்தின் ஒரு நகலை உங்களுடைய செவிலியர் அல்லது மருந்தாளுநரிடம் கேட்டுப் பெற்றுக்கொள்ளவும்.

குறிப்பிட்ட சில மருந்துகள் டைராமின் நிறைந்த உணவு மற்றும் பானங்களால் பாதிக்கப்படக்கூடும் (எ.கா. மதுபானம், அவோகாடோ பாலடைக்கட்டி, சோயா சாஸ்). நீங்கள் குறிப்பிட்ட மனவழுத்தக் குறைப்பு மருந்துகளை (எ.கா. மாக்ளோபிமைட்) அல்லது லைன்சாலிட்-ஐ (ஆண்டிபயாடிக்) எடுத்துக்கொண்டிருந்தால் இந்த உணவுப் பொருட்களைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

நான் அருந்தும் பானங்களால் பாதிக்கப்படும் மருந்துகள் ஏதேனும் உள்ளனவா?

பொதுவாக, ஒரு தம்ளர் தண்ணீரைப் பயன்படுத்தி வாய்வழி மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். சூடான பானம் அல்லது மதுபானம் சேர்த்து மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளாதீர்கள், ஏனெனில் இது மருந்து உடலுக்குள் செல்லும் அளவையும், மருந்தின் செயல்பாட்டையும் பாதிக்கக்கூடும்.

மதுபானம்

பொதுவாக மருந்து உட்கொள்ளும் சமயத்தில் மது அருந்துவதைத் தவிர்ப்பது அல்லது குறைத்துக்கொள்வது பாதுகாப்பானதாகும். மருந்துகளின் மயக்கநிலை விளைவை மதுபானம் அதிகரிக்கக்கூடும், எனவே நீங்கள் மெட்ரோணிடசோல் (ஒரு எதிர்உயிரி) எடுத்துக்கொள்பவராக இருந்தால் மது அருந்துவதை தவிர்க்க வேண்டும்.

கெ.ஃ.பீன்

அதிக அளவில் (ஒரு நாளுக்கு 5 கோப்பை காபிக்கு அதிகமாக) கெ.ஃ.பீன் எடுத்துக்கொள்வது (தெநீர், காபி மற்றும் சாக்லேட்டில் காணப்படுகிறது) குறிப்பிட்ட சில மருந்துகளை பாதிக்கக்கூடும். பொதுவாக பின்வரும் மருந்துகளை எடுத்துக்கொள்ளும்போது நீங்கள் கெ.ஃ.பீன் எடுத்துக்கொள்ளும் அளவைக் குறைத்துக்கொள்வது பாதுகாப்பானதாகும். உதாரணத்திற்கு:

- சுவாச நிலைமைகளுக்குப் பயன்படுத்தக்கூடிய மருந்துகள்—எ.கா. சல்பியூட்டமால், ஃபெனோடெரால் மற்றும் தியோபில்லின் போன்றவை
- தூங்குவதற்கு அல்லது ஓய்வெடுப்பதற்கு பயன்படுத்தப்படும் மருந்துகள்—எ.கா. டயாசீபம், லோராசீபம், ஜோல்பிடம்

சாத்துக்குடி (கிரேப்ஃபுருட்) சாறு

குறிப்பிட்ட சில மருந்துகள் உடலிலிருந்து அகற்றப்படும் முறையை சாத்துக்குடி சாறு பாதிக்கக்கூடும். பின்வரும் மருந்துகளில் ஏதேனும் உங்களுக்குப் பரிந்துரைக்கப்பட்டிருக்கும்போது சாத்துக்குடி (கிரேப்ஃபுருட்) சாறு எடுத்துக்கொள்வதை நீங்கள் தவிர்க்க வேண்டும். மருந்து எடுத்துக்கொள்ளும்போது மற்ற பழச்சாறுகள் குடிப்பதற்குப் பாதுகாப்பானவையாகும். இத்தகைய மருந்துகளுக்கான எடுத்துக்காட்டுகளாவன:

- கொலஸ்ட்ரால் குறைப்பு மருந்து—எ.கா.சிம்வாஸ்டாடின், அடோர்வாஸ்டாடின், லோவாஸ்டேடின்
- இதய நிலைமைகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படும் சில மருந்துகள் —எ.கா. நிஃபேடிபைன், அம்லோடிபைன், வீராபாமில், டில்டியாஜெம்
- நோயெதிர்ப்பு மேம்படுத்தும் மருந்துகள்—சிக்லோஸ்போரின், டேக்ரோலிமஸ்

எனக்குப் பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ள மருந்துகளுடன் சேர்த்து மூலிகை, பாரம்பரிய மருந்துகள் அல்லது துணைப்பொருட்களை நான் எடுத்துக்கொள்ளலாமா?

மூலிகை மற்றும் பாரம்பரிய மருந்துகள் உங்களுடைய பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ள மருந்துகள் செயல்படும் விதத்தை எதிர்பாராத வழியில் பாதிக்கக்கூடும். மூலிகை மற்றும் பாரம்பரிய மருந்துகளைக் கொண்டுள்ள துணைப்பொருட்கள் எதையாவது நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ள விரும்பினால், அவ்வாறு எடுத்துக்கொள்வது உங்களுக்குப் பாதுகாப்பானதா என்பது குறித்து உங்களுடைய மருந்தாளுநரிடம் அல்லது மருத்துவரிடம் கேட்டுத் தெரிந்துகொள்வது முக்கியமானதாகும். நீங்கள் எடுத்துக்கொள்ளும் அனைத்து மருந்துகள் குறித்து உங்களுடைய மருத்துவரிடமும் மருந்தாளுநரிடமும் தெரிவியுங்கள்.

SingHealth DukeNUS
ACADEMIC MEDICAL CENTRE

Singapore General Hospital

Changi General Hospital

Sengkang General Hospital

KK Women's and Children's Hospital

National Cancer Centre Singapore

National Dental Centre Singapore

National Heart Centre Singapore

National Neuroscience Institute

Singapore National Eye Centre

SingHealth Community Hospitals

Polyclinics SingHealth

PATIENTS. AT THE HEART OF ALL WE DO.®

2 Simei Street 3 Singapore 529889
Tel: 6788 8833 Fax: 6788 0933
Reg No 198904226R

CGH Appointment Centre

For appointments and enquiries,
please call: (65) 6850 3333

Operating hours:
8.30 am to 8.00 pm (Monday to Friday)
8.30 am to 12.30 pm (Saturday & Sunday)
Closed on Public Holidays

For more information, please visit **www.cgh.com.sg**

Like us on Facebook Changi General Hospital

All information is valid at the time of printing (April 2018)
and subject to revision without prior notice.