

WECHSELWIRKUNGEN VON MEDIKAMENTEN UND LEBENSMITTELN

Medikamente **Wechselwirkungen** **Lebensmittel**

Zwei Stunden vor der Medikamenteneinnahme und zwei Stunden danach auf diese Nahrungsmittel verzichten.

Säurebindende Mittel (Antazida), die bei Magenbeschwerden eingenommen werden und Aluminiumsalze enthalten

Citrathaltige Getränke steigern die Aufnahme des Aluminiumsalzes, so dass der Körper es nicht mehr verarbeiten kann. Es besteht das Risiko, dass Krampfanfälle und Verwirrung hervorgerufen werden.



Citrathaltige Getränke wie Limonaden, Fruchtsäfte, Weine

Schlafmittel (Hypnotika)

Die Einnahme von Schlafmittel und der gleichzeitige Verzehr von Grapefruit versetzt den Konsumenten in einen vollrauschartigen Zustand.



Grapefruit(-säfte)

Schmerzmittel (z. B. Paracetamol)

Die Aufnahme von Schmerzmitteln im Dünndarm wird durch Ballaststoffe verzögert. Die Wirkung des Medikaments kann damit abgeschwächt werden.



Ballaststoffreiche Nahrungsmittel wie Müsli, Vollkornbrot, Hülsenfrüchte

Antibiotika (Tetracycline) gegen Infektionen der oberen Atemwege

Das in Milch und Milchprodukten enthaltene Kalzium geht mit Tetracyclinen eine komplexe Verbindung ein, die nicht durch die Darmwand in die Blutbahn gelangen kann. Daher wird das Antibiotikum lediglich verdaut und kann seine Wirkung nicht entfalten.



Milch und Milchprodukte wie Käse, Quark und Joghurt

Jeden Tag ungefähr die gleiche Menge Vitamin-K-haltige Lebensmittel verzehren, damit die Marcumar-Dosis darauf eingestellt werden kann.

Blutgerinnungshemmende Mittel (Marcumar)

Die Wirkung von blutgerinnungshemmenden Mitteln wird durch Vitamin K aufgehoben. Es kann zu Thrombose bis hin zu Schlaganfällen kommen.



Vitamin K, Vitamin-K-haltiges Gemüse (z. B. Brokkoli, Spinat, Bohnen, Pilze, Möhren)

Während der Medikamenteneinnahme diese Lebensmittel vollständig vom Speiseplan streichen.

Arzneien (mit Theophyllin) gegen Asthma oder chronische Bronchitis

Die Einnahme von Theophyllin zusammen mit der Aufnahme von Koffein sollte vermieden werden. Es würde zu einer verstärkten Wirkung des Arzneimittels kommen, da Theophyllin bei parallelem Koffeinkonsum nur vermindert abgebaut werden kann.



Koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, Cola, schwarzer Tee

Blutdrucksenkende Mittel (Kalziumantagonisten)

Grapefrütererzeugnisse verstärken die Wirkung blutdrucksenkender Mittel erheblich und blockieren deren Abbau. Starker Blutdruckabfall und Schwindelgefühle sind die Folgen.



Grapefruit(-säfte)

Entwässerungspillen (Diuretika)

Bei der Einnahme von entwässernden Medikamenten sollte auf den Verzehr von Lakritze verzichtet werden. So können erhöhter Blutdruck, Müdigkeit und Muskelschwäche verhindert werden.



Lakritze

Antibiotika (Gyrasehemmer) gegen Blasen- und Nierenerkrankungen

Durch Antibiotika wird Koffein schlechter abgebaut. Als unangenehme Nebenwirkungen können Herzrasen und Schlafstörungen auftreten.



Koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, Cola, schwarzer Tee

Bereits einen Tag vor, bis 14 Tage nach Beendigung der Medikamententherapie muss eine strenge Diät eingehalten werden. Fragen Sie Ihren Arzt nach einem Diätplan.

Antidepressiva (mit Tranylcypromin)

Der Wirkstoff Tranylcypromin verhindert den Abbau „biogener Stoffe.“ Das führt zu ansteigendem Blutdruck und im schlimmsten Fall sogar zur Bluthochdruckkrise mit Gehirnblutung.



Lebensmittel, mit „biogenen Aminen“ (z. B. Tyramin) wie Käse, Salami und Salzheringe