

کاهش مصرف نمک، افزایش مصرف غذاهای غنی از پتاسیم مانند: موز، طالبی، سیب زمینی، گوجه فرنگی، بروکلی و افزایش مصرف غذاهای غنی از کلسیم مانند: لبنیات	هیدروکورتیزون و پردنیزولون
کاهش مصرف نوشیدنی های حاوی کافئین مانند: قهوه، کاهش مصرف غذاهای کباب شده و فرآورده های پروتئینی.	تئوفیلین

وعده ها هر روز در ساعت معینی میل شود. در ساعت تجویز شده دارو را مصرف کنید.	
علاوه بر ۳ وعده ی اصلی ۲ میان وعده ی سبک میل شود. وعده های اصلی و میان وعده ها هر روز در ساعت معینی میل شود. در ساعت تجویز شده دارو را مصرف کنید	انسولین

راهنمای تداخلات	داروها
کاهش مصرف گریپ فروت . بلافاصله بعد از غذا مصرف شود.	کاهنده های چربی خون مانند آتورواستاتین، لوستاتین، سیمواستاتین
کاهش مصرف گریپ فروت	کاهنده های فشار خون مانند لوزارتان، فورزوماید، کاپتوپریل
کاهش مصرف سیر، ادویه، چای سبز و زنجبیل . به همراه غذا مصرف شود.	آسپرین
مصرف آن همراه غذا جذب دارو را کاهش می دهد.	استامینوفن
۲ ساعت قبل از مصرف قرص تا ۴ ساعت بعد از آن فرآورده های لبنی مصرف نشود.	سیپروفلوکساسین
علاوه بر ۳ وعده ی اصلی ۲ میان وعده ی سبک میل شود. وعده های اصلی و میان	کاهنده های قند خون مانند متفورمین، گلی بن کالمید



تغذیه و خودمراقبتی در استفاده داروها

آموزش بیمار

کد شناسه: wd-pf-43



مشاور علمی: دکتر پری گل فدوی پزشک دارو ساز

واحد آموزش سلامت همگانی و بیماران

مرکز آموزشی و درمانی شهید بهشتی اصفهان

بازنگری زمستان ۱۳۹۹

محدود شوند: کلم، سویا، لوبیا سویا، کانولا، خردل، ترب، ترپچه، شلغم، شاهی، ذرت، بذر کتان، بادام زمینی (با حرارت از بین می روند) تا یک ساعت بعد از مصرف داروهای تیروئیدی از قهوه استفاده نمایید.	لووتیروکسین
باعث کمی پتاسیم می شود. باید میوه های پرتاسیم مصرف شود. باید از مصرف مکمل کلسیم خودداری شود چون باعث احتباس کلسیم می شود.	هیدروکلروتیازید

منبع: Krause food and nutrition 2018

راه ارتباطی با ما جهت راهنمایی و مشاوره :

۰۳۱-۳۲۳۶۷۰۰۱ داخلی ۲۳۵۴-

کاهش مصرف چای سبز، مصرف میزان ثابتی از غذاهای غنی مانند K : از ویتامین سبزیجات برگ سبز به ویژه اسفناج پخته، کرفس، کاهو، بروکلی، زنجبیل، سیر، خیار با پوست، سویا، جگر، گریپ فروت، انبه، پیاز، زردچوبه و فرآورده های پروبیوتیک.	وارفارين
کاهش مصرف گریپ فروت، به طور همزمان با غذاهایی که حاوی فیبر زیاد مانند سبزیها و میوه ها یا پروتئین زیاد مانند گوشتها، لبنیات و تخم مرغ هستند، مصرف نشود.	دیگوکسین