

# 主題：會減低或增加藥物吸收的食物

科別：藥劑部

## 「一般說明」

1. 某些食物形同屏障或延長胃排空，造成藥物吸收量的減少。
  - ① 高纖食品是最近幾年來盛行的健康食品。但富含纖維的食物或飲料會形同屏障，延長胃排空速率及增加小腸蠕動，而減緩毛地黃 digoxin、抗生素 amoxicillin 的吸收，應至少間隔兩小時。
  - ② 高碳水化合物如餅乾、米飯等會延遲退燒止痛藥普拿疼(acetaminophen) 的吸收，造成不能迅速退燒止痛，應避免併服。而另一類非類固醇之消炎止痛藥就不受食物飲響。
2. 某些食物中的成份會吸附藥物，形成失去藥品活性的複合物，導致藥物吸收量減少。
  - ① 食物中的鎂離子(富含於腰果)、鐵離子(富含於肝臟、葡萄干)、鈣離子(富含於乳製品)、錳離子(富含於酪梨)等重金屬離子會與四環素(tetracycline)、抗生素 quinolones 類、治療免疫疾病或風濕性關節炎的 penicillamine 等藥物形成複合物，造成溶解度降低，藥物吸收量相對的減少。所以，服用四環素等藥物應在兩小時內避免食用這些食物。
  - ② 茶中單寧酸(tannic acid) 會與補血用鐵製劑結合，降低鐵的吸收。咖啡與茶能使抗精神藥物 haloperidol 產生沉澱，減少藥物的吸收，應避免併服。
3. 食物改變胃排空或藥物在腸道停留時間：
  - ①高油脂類食物會延長胃排空時間，增加藥物在胃內停留的時間，會導致某些脂溶性高的藥物如抗黴菌藥 griseofulvin、心血管藥 propranolol、cyclosporin 等的溶解度增加，因而增加其吸收量。但某些抗生素如

ampicillin、erythromycin、penicillin、rifampicin 等，在胃內受胃酸破壞的時間亦增長，結果因被破壞而導致吸收量減少。

② 高碳水化合物食物會減少胃排空時間，故會增加利尿劑 hydrochlorothiazide、止痛藥 propoxyphene 等的吸收。

#### 4. 食物改變藥物在腸黏膜的吸收：

① 高蛋白飲食在胃腸道分解為氨基酸與治療巴金森氏症藥物 levodopa、降血壓藥 methyldopa 競爭在小腸的吸收，導致藥物吸收減少，應至少間隔兩小時。

#### 5. 食物改變胃腸道的酸鹼值(pH)：

① 食物刺激胃液分泌：增加鹼性藥物的溶離，增加吸收；但亦會增加對酸不穩定的藥物被破壞。

② 奶製品或鹼性飲料會造成胃內偏鹼值：造成腸溶錠藥物如瀉劑 bisacodyl 於胃內崩解，受到破壞。

③ 油脂類食物刺激膽液分泌：增加油溶性高的藥物如 griseofulvin 的溶離，增加吸收。

④ 紅黴素/盤尼西林(抗生素)：避免和酸性飲料併服，以免導致藥效降低。

⑤ 含維他命 C 的水果會增加鐵劑的吸收。

#### 6. 食物改變內臟、肝臟血流量：

① 高蛋白飲食可增加內臟血流速度，增加藥物吸收，如增加心血管藥 propranolol 的吸收。

### 「注意事項」

1. 發生食物與藥物間吸收之交互作用，可適當的錯開服藥時間。例如空腹服藥的有：captopril、phenytoin、verapamil、diltiazem、digoxin、dipyridamol、cephalexin、levodopa、thyroid hormone 等。

2. 但有些食物會增加吸收者，可併服。如維他命 C 的水果會增加鐵劑的吸收、高脂肪食物會增加 cyclosporin、griseofulvin 的吸收等。

### 「何時找醫師」

1. 有經常喝酒、抽煙、或接受特別食療的病人，應事先讓醫師知道。

2. 發現有任何食物與藥物的嚴重交互作用，或食物造成的疑似中毒事件，應立即通知醫師。

