

主題：會減少或促進藥物分佈與代謝的食物

科別：藥劑部

「一般說明」

1. 攝取高脂肪性食物後，在體內會分解成游離脂肪酸，增加與藥物在血中競爭白蛋白結合的機會，甚至將藥物從蛋白結合處取代出來，如此游離態的藥物濃度會增加，藥效加強甚至引起毒性。其中以與蛋白質結合量高的藥物，如 phenytoin、心血管藥 propranolol 等最有可能受到影響。
2. 動物實驗顯示，攝取高蛋白、低碳水化合物食物，會增加肝內細胞酵素 p-450 量，增加藥物的代謝，如增加氣喘用藥 theophylline 的代謝，而延遲藥物達到有效治療濃度的時間。反之，低蛋白、高碳水化合物食物，會減少 theophylline 的代謝。
3. 碳烤肉類食物，會形成多環性碳氫化合物 (polycyclic hydrocarbons)，因此會造成肝酵素的誘發，增加 theophylline 的代謝。
4. 甘藍菜、包心菜、花椰菜內含 indoles 成份，會加強體內結合性之代謝作用，促進普拿疼(acetaminophen)、甲狀腺素的代謝；咖啡、茶、可可、巧可力等內含 methylxanthine 成份會造成酵素的誘發，增加藥物的代謝。
5. 葡萄柚汁 (flavonoid)會抑制肝酵素 p-450 作用，因此會抑制抗組織氨 astemizole、鈣質對抗劑(verapamil, amlodipine, felodipine, nisoldipine)、cyclosporine、降血脂藥 lovastatin、愛滋病用藥 saquinavir 的代謝，增加藥效或不良反應。
6. 酒精可能刺激亦可能抑制肝臟酵素的活性，依喝酒狀況而定。有酒癮者，對許多藥物的代謝會增加，如： phenytoin、warfarin。而不喝酒者在喝了大量酒後，會抑制肝臟酵素的活性，反而增加其他藥物的藥效，如：鎮靜劑、降血糖藥等。

7. 維生素 B6 是 dopa-decarboxylase 的輔助酵素，攝取過多會增加抗巴金氏症藥物 levodopa 於周邊代謝成 dopamine，失去進入腦中發揮其作用的能力。
8. 蔬菜 (洋蔥、花椰菜、包心菜、豬肝、苜蓿芽、蘆筍、菠菜、綠茶等)內富含維生素 K，會拮抗凝血劑 warfarin 的抗凝血作用。
9. 大蒜 Garlic 具有抗血小板凝集作用，會增加 warfarin 的抗凝血作用，而有出血的危險。
10. 甘草內的 glycyrrhizic acid 會引起低鉀血症及鈉滯留，因此大量攝取會降低抗高血壓藥物的療效

「注意事項」

發生上述食物與藥物間分佈與代謝之交互作用，應儘量避免經常使用。

「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。