

Wechselwirkungen von Medikamenten mit Lebensmitteln

Blutverdünner vs. grünblättriges Gemüse

bei gesteigertem Verzehr sehr Vitamin K-haltigen Gemüses kann es (dosisabhängig vom Arzneimittel) evtl. zu Gerinnungsstörungen kommen

Bisphosphonate vs. Milch / Milchprodukte

Aufnahme des Arzneistoffes ins Blut ist herabgesetzt → Wirksamkeit beeinträchtigt

Milch & Milchprodukte vs. Antibiotika und Schilddrüsenpräparate

Aufnahme des Arzneistoffes ins Blut ist herabgesetzt → Wirksamkeit beeinträchtigt

Coffein vs. Antibiotika und Eisenpräparate

Kaffee, Tee, Cola & Co. setzen die Eisenaufnahme und somit die Arzneimittelwirkung herab

Coffeinabbau wird durch Antibiotika herabgesetzt → Coffeinkonzentration im Blut steigt

Schwarzer Pfeffer vs. Theophyllin

in schwarzem Pfeffer enthaltenes Piperin hemmt den Abbau des Arzneistoffes → Überdosierung und Anstieg von Nebenwirkungen möglich

Lakritz vs. Diuretika und Antibiotika

Diese Arzneistoffe entziehen dem Körper Kalium → dieser Effekt verstärkt sich durch Lakritz → Kaliumspiegel ist erniedrigt → es kann zu Mangelerscheinungen kommen

Tipps aus Ihrer Apotheke

Grapefruit vs. Cholesterin- und Blutdrucksenker, Antihistaminika

Abbau der Arzneistoffe wird blockiert → Wirkung erhöht sich möglicherweise zu stark

Reifer Käse vs. Antidepressiva, Antiparkinsonmittel

Käse, Salami, weiße Bohnen, Sauerkraut sind tyraminhaltig → Abbau durch Arzneistoffe ist herab gesetzt → Tyraminkonzentration im Blut steigt an



Glocken-Apotheke Apolda

Apothekerin Dr. Annett Fischer e.K.
Robert-Koch-Straße 4 • 99510 Apolda
Tel.: (03644) 56 21 30 • Fax.: (03644) 55 03 69
E-Mail: info@glockenapotheke-apolda.de
www.glockenapotheke-apolda.de



Alkohol vs. Arzneimittel

durch die gleichzeitige Einnahme kann sich sowohl die Wirkung des Arzneimittels als auch des Alkohols verstärken bzw. abschwächen

Tipps

- ✓ Einnahme von Arzneimitteln grundsätzlich mit reichlich Wasser, möglichst calciumarm
- ✓ „Zwei-Stunden-Regel“, d.h. 2h vor und nach Arzneimitteleinnahme Lebensmittel mit Wechselwirkung vermeiden
- ✓ Alkohol vermeiden



Tabelle 4: Einnahmeempfehlungen der Bisphosphonate
(Quelle Fachinformationen)

| Wirkstoff | Allgemeine Einnahmeempfehlung (Abweichungen, Besonderheiten) | Abstand zu Nahrung, Getränken, Nahrungsergänzungsmitteln und Arzneimitteln, insbesondere polyvalente Kationen wie in Mineralstoffpräparaten |
|---------------|--|---|
| Alendronsäure | Vor dem Frühstück | Mind. 30 Minuten vorher |
| Clodronsäure | Vor dem Frühstück | Mind. 1 Stunde vorher |
| Etidronsäure | Vor oder nach einer Mahlzeit | Mind. 2 Stunden vorher oder nachher |
| Ibandronsäure | Nach einer nächtlichen Nüchternperiode (von mindestens 6 Stunden) und vor der ersten Nahrungs- oder Flüssigkeitsaufnahme des Tages | Mind. 30 Minuten vorher (Bondronat®) Mind. 1 Stunde vorher (Bonviva®) |
| Risedronsäure | Vor dem Frühstück | Mind. 30 Minuten vorher |

Quellen: Patientenratgeber „Verträgt sich das?“ Dr. A. Gerdemann, Dr. N. Griese-Mammen
PTA heute Ausgabe 2014, Nr. 9, Fachinformationen