

CO SE S ČÍM
NESNESE??

Alkohol

- - s léky na spaní (hypnogen, stilnox, zolpidem) – zvýší tlumivý efekt léků, utlumí pozornost, zvýší ospalost, útlum
- - s léky na bakteriální infekce (biseptol, cotrimaxol,...) – tato kombinace blokuje odbourávání alkoholu v těle člověka, nevolnost, zvracení
- - s léky na vaginální infekce – zvracení, nevolnost

Zelený čaj

- - s léky na alergie – snižuje účinnost léků
- - s léky na hypertenzi – klesá účinnost léků až o 85%
- - s léky na poruchy spánku (např. dormicum) – čaj prodlužuje působení a tím prodlužuje útlum
- - s léky na léčbu nádorů – účinek léků může jít pouze na 50%
- - s imunosupresivy – průjem, zhoršení funkce ledvin, bolesti hlavy
- - s antikoncepcí – snižuje účinek

Grapefruitová šťáva

- **Blokuje metabolismus až 500 léků** – to vede k jejich zvýšené koncentraci v krvi a následným vedlejším účinkům, v ojedinělých případech může být i toxická
- **- s léky na hypertenzi** – snížení vstřebávání léků, který je v podstatě neúčinný
- **- s léky na vysoký cholesterol** – zvyšuje koncentraci účinné látky až 10x – vypadá to, jako by že se pacient předávkoval – blokuje odbourávání těchto léků v organismu – svalová slabost, bolest svalů, vzácně akutní selhání ledvin

Grapefruitová šťáva

- - s hormonální antikoncepcí - (cilest, femoden, triquilar) – šťáva zvyšuje hladiny účinné látky v krvi s následkem nežádoucích účinků – nevolnost, zadržování tekutin, bolest a napětí v prsou, vzácně žilní trombóza

Pomerančová šťáva

- - s léky na zlepšení pevnosti kostí u žen po menopauze – šťáva omezuje vstřebávání léku a tím sníží jeho účinnost
- - s léky na alergie – snížení účinnosti léků

Jablečný mošt

- - s léky na hypertenzi a léčbu poruch srdečního rytmu – mošt snižuje vstřebávání léku a ten nemá dostatečnou účinnost
- - s léky na alergie – snižuje účinek léku

Mléko

- - s léky na bakteriální infekci – (ciprofloxacin) – mléko snižuje vstřebávání léku a tím jeho účinnost
- - s antibiotiky (doxyciklin nebo deoxymykoin) – kombinace s mlékem – nižší účinnost léčby

Pepř

- - s protizánětlivými léky na bolesti kloubů (diclofenac) – zvyšuje koncentraci léku o 64% a následné nežádoucí účinky (nevolnost, bolesti břicha)
- - s léky na epileptické záchvaty – nežádoucí účinky (ospalost, nevolnost, alergické kožní reakce)
- ZVYŠUJE VSTŘEBÁVÁNÍ RESVERATROLU

COCA-COLA

- - s metotrexátem – nápoj zpomaluje vylučování léku z těla – nevolnost, průjem, zhoršení funkce ledvin
- - s některými volně dostupnými léky proti chřipce a nachlazení , které obsahují kofein – zvyšuje účinek léků

Třezalka tečkovaná – pozor na sluníčko

- - s léky na snížení cholesterolu – účinnost léku se výrazně snižuje
- - s léky na protinádorovou léčbu – snížení účinnosti až o 43%
- - s léky na hypertenzi – ovlivňuje efektivnost léčby a dobu účinku
- - **ovlivňuje účinnost antikoncepce – obsahuje totiž látky, které snižují hladinu hormonů a dokonce tak umožňují ženě během užívání antikoncepce OVULOVAT**

Ženšen pravý

- - s léky na poruchy spánku – snižuje krevní hladiny účinné látky až o 45⁰% a tedy i účinnost a dobu působení léku
- - s léky na alergie – klesá jejich účinnost

Kurkuma

- - s léky na poruchy spánku – zvyšuje a prodlužuje dobu útlumu
- - s léky na zánětlivé střevní onemocnění (sulfasalazin K) – kurkumin zvyšuje hladinu sulfasalazinu až o 227%, což může vyvolat nevolnost, nechutenství, zhoršení funkce ledvin a jater

MÝTY a PRAVDA

- - antibiotika snižují účinek hormonální antikoncepce
- - antibiotika a mléko
- - při užívání biseptolu nejíst a nepít nic kyselého
- - antibiotika a alkohol (disulfiramova reakce)
- - antibiotika a slunce (tetracyklin, doxycyklin, biseptol)
- - antikoncepce a trombóza
- - antikoncepce a přibývání na váze
- - antikoncepce a zlepšení pleti