

健康专家 有话说

浅谈葡萄柚对药物的影响

本期专家: 邢台市人民医院药师马晓、杜杰

近日,又出现了患者服药期间食用葡萄柚之后出现休克险些丧命的报道,一个小小的葡萄柚,却不可以随意享用,很多患者会产生疑惑,葡萄柚只是一种水果,为什么会产生这么严重的后果呢?除葡萄柚之外,还有没有其他水果需要引起注意?针对这些大家普遍关心的问题,药师来为大家进行一下科普。

一、葡萄柚究竟是什么?

葡萄柚(也称西柚)是柚子和甜橙的天然杂交品种,兼具二者特点,它富含丰富的维生素、叶酸和膳食纤维,含糖量低。

二、哪些药物会被葡萄柚影响?

《加拿大医学会杂志》2013年曾发表研究,发现有85种药物会和葡萄柚产生相互作用,其中43种药物可能因此出现严重不良反应。2014年,美国食品与药品管理局(FDA)建议服用部分药物期间避免摄入葡萄柚汁,包括辛伐他汀、阿托

伐他汀等。目前所知受葡萄柚影响的常见药物如下:

1. 抗高血压药:非洛地平、尼索地平、尼莫地平、尼群地平、硝苯地平、尼卡地平、卡维地洛。
2. 镇静催眠药:地西洋、咪达唑仑、三唑仑。
3. 抗抑郁药:舍曲林。
4. 解痉药:东莨菪碱。
5. 抗癫痫药:卡马西平。
6. 降血脂药:洛伐他汀、辛伐他汀、阿托伐他汀。
7. 免疫抑制剂:环孢素、他克莫司。
8. 胃肠动力药:西沙比利。
9. 抗寄生虫药:阿苯达唑、吡喹酮。
10. 抗病毒药:沙奎那韦。
11. 抗心律失常药:胺碘酮、维拉帕米。
12. 抗组胺药:特非那定。
13. 抗生素:红霉素。
14. 磷酸二酯酶抑制剂:西地那非。

三、葡萄柚是如何对药物产生影响的?

葡萄柚对药物产生影响主

要是由于其中含有黄酮类及呋喃香豆素类化合物。其中呋喃香豆素衍生物发挥了主要作用。众所周知,药物进入人体之后,需要通过体内酶的代谢,其中一种重要的酶就是细胞色素 P450 3A4(CYP3A4),而葡萄柚中的这几种活性成分主要通过抑制 CYP3A4 造成体内的药物代谢减少,继而导致血药浓度升高,使药物以平时几倍甚至几十倍的量进入血液循环从而提高药效。而 CYP3A4 这种酶主要存在于小肠和肝脏,有研究表明,葡萄柚选择性抑制肠道 CYP3A4,而对肝 CYP3A4 基本无影响。口服药物存在“首过效应”,即服用后,尚未被吸收入血液循环之前,在肠粘膜和肝脏被酶代谢,使进入血液循环的原型药量减少,药效减低。因而葡萄柚通过抑制肠道 CYP3A4,使药物在肠粘膜的代谢减少,进入血液循环的药量增加,而其他给药途径的药物不存在首过效应,则不会受到葡萄柚的影响。所以葡萄柚

只影响口服药物的药效。

四、还有哪些水果会产生类似的作用?

除了葡萄柚之外,还有一些其他水果有类似作用,比如我国南方盛产的柚子,还有柑橘类水果,橙子、柠檬、柳丁等。不仅是水果,利用这些水果生产的食物制品如西柚汁、橙汁等也会产生同样作用,用药期间需格外注意。

由于葡萄柚对 CYP3A4 代谢酶影响的半衰期约为 24 小时,3 到 5 个半衰期后影响基本消退,因此,食用葡萄柚后,酶的活性可能要 3 天才能恢复,因而在服用相关药物期间,建议不要食用葡萄柚及其制品。



栏目主持 王艳伟

不明症状躯体疼痛 当心抑郁症

抑郁症在冬季往往易发生或复发,在这个季节,有些人往往会情绪差、消沉、工作效率低、郁郁寡欢,不愿与人交往,有的人容易莫名地发脾气,心神不定,注意力无法集中,如果这类状况持续的时间超过二周,这就提示你可能患了抑郁症。

抑郁症有多种不同的临床表现,有些患者的临床特征是情绪低落,不思进食,睡眠很差或睡眠很浅。有的人则表现为早上起来情绪特恶劣,什么兴趣也没有,但到了傍晚便精力充沛,这就是很典型的抑郁症患者夜轻昼重的临床特征。

抑郁症的另外一个临床特征是:患者表现为脑子思考很困难,觉得脑子空洞或僵住了,无法做恰当的表达,无法与人交流或交往。这些患者会变得很迟滞、不想动。

还有一些患者则表现为多种多样的躯体不舒服,最常见的是躯体各部位的慢性疼痛,特别是躯干、四肢部位,还会有胃部不适、心悸、出汗、呼吸困难等。上述这些情况到综合医院反复检查治疗,但结果均为正常,没有发现有躯体疾病。其实这些患者所描述的身体不适往往是抑郁症的临床表现,应尽快去精神科医生那里做规范的诊治。

抑郁症是能够有效治疗的,关键是早期发现,早期正确诊断,早期足量、足时间的药物及心理治疗。

在疾病治愈后需要继续治疗半年到一年。倘若是在第二次复发,则要持续治疗两年左右。倘若是在第三次复发,则要长期治疗。 王栋/文



专家提醒

整夜开电热毯 当心诱发心梗

患有高血压、糖尿病的老年人,其血管在冬天本来就特别脆弱,而老人因为怕冷需要开着电暖设备,室内空气就会变得很干燥,人体长时间处在这样的环境中,身体会缺水。再加上很多老人担心夜里起来上厕所,所以常常在睡觉前不敢喝水,以致身体里的水分更少。身体缺水,会使血液黏稠度增加,血液流动缓慢,一些长期高血压、动脉粥样硬化的老人,一旦血管里的斑块脱落就很容易形成血栓,诱发心肌梗死。所以在寒冬选择电热毯御寒取暖,一定不要整夜使用,以免诱发心肌梗塞。

河南省中医院健康体检中心 姜素丽

常吃止痛药当心患上肠胃病

48 岁的黄先生因为工作需要久坐,颈肩一直疼痛,但没去医院治疗。平时情况严重时会通过按摩来缓解,同时“自行诊断”后买药吃。但到后来不仅疼痛加剧,还出现了肠胃出血。

神经病理性疼痛,如果不及时间诊治,会发展为慢性疼痛,造成睡眠障碍、情绪低落甚至



抑郁,严重影响工作和生活。

需要注意的是,许多人不要把疼痛当作疾病,认为忍一忍就好了,或自行买止痛药吃,

这就为胃肠道疾病埋下了隐患。止痛片等药物可能刺激胃黏膜,严重的会引起胃肠反应,甚至导致肝肾功能损伤。若不能明确自己的痛感是哪一种疾病引起的,应在专业医生指导下用药。

陆军军医大学新桥医院疼痛与康复医学科主任 刘勇

老人白天嗜睡有五因

睡眠呼吸暂停。白天过度嗜睡的老年患者常有阻塞性睡眠呼吸暂停,症状有打呼噜、窒息和呼吸暂停。体检时会发现患者肥胖、颈部增粗和上呼吸道狭窄。

发作性睡病。发作性睡病是一种睡眠觉醒控制异常的疾病,临床表现包括白天过度嗜睡、睡眠瘫痪、入睡幻觉和猝倒,有部分老人属此人群。

特发性嗜睡症。这种疾病在临床上和发作性睡病类似,相似之处是患者尽管表面上看有足够的夜间睡眠时间,仍出现白天过度嗜睡。不同之处在于,它不会引起猝倒,睡眠后精神无明显好转。

不宁腿综合征。不宁腿综合征以腿部感觉不适,休息时有强烈腿动欲望为特征。这种症状日轻夜重,腿部活动后症

状可有所缓解,大部分老年患者在睡眠时腿部有动作。

神经系统疾病。如果老年人患有一些神经系统疾病,也会导致白天嗜睡。

白天过度嗜睡是老年人应该关心的问题,提高患者对白天过度嗜睡的认识,将有助于疾病的康复,确诊该病才能开展后续的治疗。

王晓云/文

讲文明树新风 公益广告

勤劳人 吉祥人

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

