

식품과 의약품 간 상호작용을 피하는 방법

의약품과 함께 섭취했을 때
'약효 감소, 부작용 증가' 등 상호작용을
일으키는 식품에 대해 알려드릴게요.



알레르기 약 복용 시

항히스타민제(Antihistamines)

항히스타민제는 재채기, 콧물, 코막힘, 눈 가려움증 등 상부기도의 알레르기성 비염으로 인한 증상 완화 및 감기 치료에 사용됩니다.

“함께 섭취하지 마세요!”

✔ 과일주스(자몽·오렌지·사과주스 등)는 위산도에 영향을 주어 **약 흡수를 방해**하고 **약효를 저하시키므로** 물과 함께 복용하세요!

✔ 술(알코올)은 **중추신경을 억제**하고, **졸음을 배가**시킬 수 있으므로 약 복용 시 음주를 피하세요!



위·식도 역류질환, 위궤양 약 복용 시

- 히스타민 길항제(Histamine 2 Receptor Antagonist)
- 프로스타글란딘 제제
- 제산제(Antacid)

산 역류, 속 쓰림, 소화 장애 및 복부에 가스가 차는 등 위장 장애 증상 치료제는 체내에서 만들어지는 위산을 줄이거나 위산으로부터 위를 보호하여 염증 및 통증완화를 목적으로 사용됩니다.

“함께 섭취하지 마세요!”

- ✓ 커피·콜라·차·초콜릿 등에 함유된 카페인
위산분비를 자극하여 위의 염증을 악화시킬 수
있으므로 함께 섭취하지 마세요!



- ✓ 술(알코올)은 위의 염증을 악화시켜 치료를 어렵게
만들고 치료기간이 길어질 수 있으므로 치료 중에는
음주를 피하세요!



- ✓ 오렌지 주스를 알루미늄이 들어 있는 제산제와
함께 마실 경우, 알루미늄 성분이 체내로 흡수될 수
있으므로 함께 복용하지 마세요!



갑상선기능 저하증 약 복용 시



갑상선 치료제

갑상선 치료제는 갑상선이 갑상호르몬을 필요한 양만큼 충분히 만들어내지 못하는 갑상선 기능 저하 증상을 조절하는데 사용됩니다.

“함께 섭취하지 마세요!”

- ✓ 음식물이 약의 흡수를 방해하므로 아침 공복 또는 적어도 식사하기 한 시간 이전에 복용하세요!



- ✓ 칼슘이나 철 보충제, 콩 식품은 약의 흡수를 방해하므로 약 복용 후, 4시간 후에 섭취하세요!
- ✓ 콩가루(콩유아조제분유), 목화씨 가루, 호두 및 식이섬유 등을 섭취할 경우 복용 양을 조절해야 하므로 의사에게 알려주세요.



- ✓ 자몽주스, 커피도 약 흡수를 지연시켜 약효를 저하시킬 수 있으므로 함께 섭취하지 마세요.

변비약 복용 시

완하제(Laxatives)

변비 치료제는 대장에서 약효를 나타내야 하므로 위장에서는 녹지 않도록 코팅되어 있는 경우가 많으며, 약은 제형 그대로 취침 시에 복용합니다.

“함께 섭취하지 마세요!”

- ✔ 약알칼리성인 우유는 위산을 중화시켜 약의 보호막을 손상시킴으로써 약물이 대장으로 가기 전 위장에서 녹아버리게 만들어요!
- ✔ 이 경우, 약효가 떨어지거나 위를 자극하여 복통, 위경련 등의 부작용이 발생할 수 있으므로 변비약 복용 시 우유 및 유제품을 함께 섭취하지 마세요!



**우리가 섭취하는 식품이
의약품의 효능에 영향을 줄 수 있으므로
건강을 위해 꼭 확인하시고 드세요.**

우리가 섭취하는 식품이
의약품의 효능에 영향을 줄 수 있으므로
건강을 위해 꼭 확인하시고 드세요.

