



PŘÍRODNÍ neznamená vždy NEŠKODNÉ

Víte, že látky obsažené ve stravě rostlinného původu či v potravních doplňcích mohou výrazně ovlivnit účinky Vámi užívaných léků? Tím, že **urychlí** nebo naopak **zpomalí přeměnu léku** v organismu, dokáží snížit léčebný efekt nebo zvýšit riziko závažných nežádoucích účinků.

Není ale třeba propadat panice ani razantně měnit své stravovací návyky!

Jaká jsou tedy naše doporučení?

- 1) **Všeho s mírou!** Vyhněte se nadměrné konzumaci níže uvedených rizikových potravin během léčby. Léky zapíjejte **čistou vodou**, nikoli přírodními ovocnými šťávami!
- 2) Konzultujte s lékárníkem nákup potravních doplňků, **zvláště** pokud užíváte **warfarin**, léky na léčbu **arytmií**, na snížení **cholesterolu**, na **cukrovku**, **epilepsii**, úpravu činnosti **štítné žlázy**, potlačení **imunity**, silná analgetika (**opiáty**), **lithium**, ale třeba i **antikoncepční pilulky**.
- 3) Během **onkologické** léčby neužívejte bez doporučení lékaře žádné doplňky stravy!
- 4) Nepřecházejte náhle na **vegetariánskou** stravu bez porady s lékařem či lékárníkem, užíváte-li dlouhodobě léky na předpis!
- 5) Nekombinujte standardní (západní) léčiva a **rostlinné** přípravky tradiční **čínské** medicíny bez vědomí ošetřujících lékařů!

6) Neváhejte jakékoliv Vaše pochybnosti konzultovat s námi!

Příklady potravin a bylin s prokázaným rizikem:

citrusy - grep (šťáva i výtažek z jader!), pomelo, krvavý pomeranč

hrozný (resveratrol), ananas, papája, klikva (kanadská brusinka)

sója! (i tofu), fazole, cizrna, pohanka, květák, zelí, kapusta

zelený čaj, rooibos

goji (kustovnice), kapary

koření - česnek!

zázvor, pepř, pálivá paprika, kurkuma, muškátový oříšek

včelí med (obsažené látky se výrazně liší dle původu)

„bylinky“ - třezalka!

ostropestřec, mateřídouška, heřmánek, máta, lékořice, senna

jetel, ploštičník (Cimicifuga)

ženšen, klanopraška (Schizandra), kozinec (Astragalus), šišák

ginkgo, echinacea



Roentgenova 2, 150 30 Praha 5
Tel.: +420 257 271 111

IČO: 00023884 Lékárna pro veřejnost
linky 2382,2383

Týká se pouze pacientů užívajících léky na předpis! Vzhledem ke komplikovanosti této problematiky je nezbytné individuální posouzení každého případu!