



## **Ăn cùng những món này khi uống thuốc dễ tử vong**

Dù là những loại thực phẩm hoặc trái cây chứa rất nhiều vitamin và khoáng chất nhưng nếu sử dụng cùng khi uống thuốc sẽ có thể làm giảm tác dụng, thậm chí gây ra những biến chứng vô cùng nguy hiểm đối với người dùng.

### **Nước cam**

Nước cam có chứa nhiều axit nên không nên kết hợp với thuốc chống axit có chứa nhôm. Theo các bác sĩ thì nước cam cũng chống chỉ định khi dùng chung với các loại thuốc kháng sinh vì các kháng sinh kém bền vững ở môi trường axit.

### **Chuối**

Chuối có chứa hàm lượng kali cao nên không được phép dùng chung với thuốc lợi tiểu. Rất đơn giản, nếu dùng chung 2 loại này sẽ làm tăng sự tích lũy kali trong cơ thể gây biến chứng về tim mạch và huyết áp.

### **Sữa**

Sữa không phải là loại chất lỏng được chỉ định để uống kèm với thuốc vì nó ảnh hưởng đến quá trình hấp thụ chất sắt của cơ thể. Yếu tố canxi trong sữa được cho là có thể cản trở tính hiệu quả của thuốc điều trị các bệnh tuyến giáp. Vì vậy, tốt nhất là bạn nên đợi ít nhất 4 giờ sau khi uống thuốc rồi mới dùng đồ uống

giàu canxi

Trong thời gian uống thuốc kháng sinh, cần tạm kiêng hoặc hạn chế tối đa thói quen sử dụng sữa và các sản phẩm chế biến từ sữa (phô mai, sữa chua...). Bởi vì, canxi trong sữa phản ứng với thuốc kháng sinh, tạo ra muối canxi không tan trong nước.

Hệ quả: thuốc chỉ được hấp thụ một phần qua hệ tiêu hóa hoặc hoàn toàn bị đào thải và hiệu quả bị suy giảm đáng kể, hoặc thậm chí không có.



*Ăn bưởi khi đang uống thuốc sẽ gây ra rất nhiều tác hại. Ảnh minh họa: Internet*

### **Bưởi**

Nước ép bưởi làm tăng sự hấp thu thuốc quá nhiều vào máu, có thể gây nguy hiểm. Không nên ăn bưởi khi uống một số loại thuốc sau:

- Một số thuốc chống dị ứng: Nếu dùng chung với bưởi có thể gây tử vong cho những người bị bệnh tim.
- Các thuốc an thần, thuốc ngủ: Khi dùng với nhóm thuốc này, ăn bưởi sẽ gây ra cảm giác chóng mặt.
- Thuốc làm giảm cholesterol: Nếu bạn đang uống các loại thuốc nhằm giảm cholesterol thì đừng nên ăn bưởi, vì nó sẽ khiến cho một lượng lớn thuốc đọng lại trong cơ thể, không phát huy được tác dụng, dẫn đến tổn thương gan và suy nhược cơ bắp, có thể dẫn đến suy thận.

Dù ăn hoặc uống nước ép bưởi vài giờ trước hoặc sau khi bạn uống thuốc vẫn có thể còn nguy hiểm, vì vậy tốt nhất là tránh hoặc hạn chế loại thực phẩm này.

### **Nhân sâm**

Những bệnh nhân bị tăng huyết áp hoặc thường xuyên phải dùng thuốc huyết áp nên tránh ăn nhân sâm để tránh gây tăng huyết áp.

## **Tôm**

Không nên ăn tôm trước và sau 2 giờ uống vitamin C. Vì chất hóa học đồng có trong tôm sẽ oxy hóa vitamin C và làm mất tác dụng của vitamin, thậm chí có thể gây nguy hiểm.

## **Tỏi**

Tỏi là loại gia vị làm dậy mùi món ăn nhưng khi kết hợp với thuốc trị tiểu đường có thể gây giảm đường huyết trong máu đột ngột.

## **Thực phẩm quá giàu chất xơ**

Nếu tiêu thụ thực phẩm giàu chất xơ khi uống thuốc có thể làm ảnh hưởng đến khả năng hấp thụ thuốc của dạ dày.

## **Bài viết liên quan**

[8 thời điểm “vàng” uống nước trong ngày tốt nhất cho sức khỏe](#)

[5 dấu hiệu cảnh báo ung thư dạ dày không phải qua những cơn đau](#)

[Cảnh báo những nguyên nhân tiềm ẩn đằng sau những cơn ngáp liên tục](#)

[Dấu hiệu trẻ mắc sốt xuất huyết cần đưa ngay đến viện](#)

[Tăng cường điều trị và chăm sóc cho người bệnh sốt xuất huyết](#)