



تداخل دارو با ویتامین k و D

Vitamin D & k Drug Interactions

VITAMIN D&K DRUG
INTERACTIONS

◀ تداخلات دارویی ویتامین K ▶

◀ آنتی بیوتیک ها ▶

◀ مکانیسم: آنتی بیوتیک ها سبب کاهش ویتامین K در بدن می شوند.

◀ توصیه: مصرف روزانه ۶۵-۸۰ میلی گرم از ویتامین K، توصیه می شود.

◀ کورتون ها ▶

◀ مکانیسم: مصرف طولانی مدت آن ها می تواند سبب کمبود این ویتامین در بدن شود.

◀ توصیه: مصرف روزانه ۶۵-۸۰ میلی گرم ویتامین K توصیه می شود.

◀ گریزوفولون ▶

◀ مکانیسم: گریزوفولون، سبب کاهش ویتامین K در بدن می شود.

◀ توصیه: مصرف ویتامین K₁ از طریق مولتی ویتامین ها توصیه می شود.

◀ پارافین خوراکی (mineral oil) ▶

◀ مکانیسم: مصرف پارافین خوراکی جذب ویتامین K و بسیاری از ریز مغذی های دیگر در بدن را کاهش می دهد.

◀ توصیه: مصرف روزانه مولتی ویتامین مینرال با فاصله دو ساعته از پارافین خوراکی توصیه می شود. همچنین بهتر است پارافین خوراکی با معده خالی مصرف شود.

◀ داروهای ضد تشنج به خصوص فنوباربینال و فنی توئین ▶

◀ مکانیسم: فنوباربینال و فنی توئین موجب کاهش این ویتامین در بدن می شوند.

◀ توصیه: در افراد تحت درمان تشنج، داروهای ضد تشنج به خصوص فنوباربینال و فنی توئین، مصرف روزانه ویتامین K₁ در کنار غذاهای غنی از ویتامین K مانند سبزیجات سبز برگدار توصیه می شود.



◀ توصیه: مصرف روزانه ۴۰۰-۱۵۰۰ واحد از ویتامین D توصیه می شود.

◀ ویتامین K ▶

◀ اشکال ویتامین K ▶

◀ فیلوکینون یا فیتونادیون K₁

◀ مناکینون K₂

◀ منادیون K₃

◀ منابع ویتامین K ▶

◀ کاهو

◀ اسفنج

◀ کلم پیچ

◀ گل کلم

◀ زرده تخم مرغ

◀ روغن سویا

◀ جگر

◀ شیرگاو



Vitamin D & k Drug Interactions



Vitamin D & k Drug Interactions

تداخلات دارویی ویتامین D

کلسیم بلاکرها

- مکانیسم: مصرف ویتامین D سبب کاهش اثر بخشی کلسیم بلاکرها به خصوص وراپامیل می شود.
- توصیه: افرادی که تحت درمان با کلسیم بلاکرها هستند، باید از مصرف مکمل های ویتامین D خودداری کنند.

توصیه: در افراد مصرف کننده کلسیترامین، مصرف مولتی ویتامین مینرال با دوز بالا و با فاصله از کلسیترامین توصیه می شود.

کورتون ها

- مکانیسم: کورتون ها توانایی بدن را در فعال سازی ویتامین D کاهش داده و سبب کاهش ویتامین D می شوند.
- توصیه: در افرادی که برای مدت زمان بیشتر از ۲ هفته از کورتون ها استفاده می کنند، مصرف روزانه ۱۰۰۰-۱۵۰۰ میلی گرم کلسیم و ۵۰۰ واحد ویتامین D توصیه می شود.

ایزونیازید

مکانیسم: مصرف داروهای ضد سل مثل ایزونیازید سبب کاهش ویتامین D بدن می شود.

توصیه: در بیماران تحت درمان با داروهای ضد سل، مصرف ویتامین D به میزان روزانه ۲۰۰-۴۰۰ واحد توصیه می شود.

داروهای ضد تشنج

- مکانیسم: مصرف داروهای ضد تشنج به خصوص فنوباریتال و فنی توئین فراهمی زیستی ویتامین D را در بدن کاهش می دهد.



کلسیترامین

- مکانیسم: ترکیبات تجزیه کننده اسیدهای صفراوی سبب کاهش هضم و جذب چربی ها، ویتامین های محلول در چربی می شوند.

ویتامین D

اشکال ویتامین D

- کلسی فرول
- کوله کلسی فرول
- ۲۵(و) دی هیدروکسی کوله کلسی فرول
- ارگوکلسی فرول

منابع ویتامین D

- نور آفتاب
- روغن کبد ماهی
- ماهی های سردابی
- کره
- زرده تخم مرغ