

040 為甚麼吃藥要喝白開水？

吃藥要喝白開水是因為有些飲料中的物質可能與某些藥物發生反應，對藥物的效果造成影響。

吃藥時，總要喝上幾口水來送服藥物。為甚麼吃藥時要喝水而不能乾嚥？又為甚麼要喝白開水，不能喝其他飲料呢？

微博士

影響藥物的西柚汁

西柚汁既美味又對健康有益，但是它對藥物的療效和安全性可能會產生影響。西柚汁中含一種名為柚皮苷的物質，它可以抑制肝臟中代謝藥物的酶活性，使藥物的代謝變慢。這可能會導致藥物在體內蓄積而增加毒性，或使需要代謝活化的藥物無法活化，進而導致藥物作用的改變。

©



如果乾嚥藥片，藥片放進嘴裏，藥的表面由於唾液的作用會變得有點黏黏的，容易粘在喉嚨上嚥不下去；而吃藥時喝水，水可以幫助藥物順利地通過食道，避免藥物粘在喉嚨或食道壁上，同時也可以減輕藥物對消化道的刺激。一些藥物，例如治療骨質疏鬆的二膦酸鹽，會對食道有較強的刺激性，這時就需要在吃藥的同時儘量多喝水，讓藥片隨着水流儘快通過食道，以減輕刺激。

吃藥時喝果汁、牛奶、茶等飲料，它們也可以起到幫助藥物通過食道的作用，但與水不同的是，它們還含有許多複雜的成分。其中有些成分可能會吸附藥物或與藥物發生化學反應，進而影響藥物的療效。例如茶水中含有較多的鞣酸，適量的鞣酸可以給茶帶來獨特的口感，然而它也會與鐵等金屬離子結合，形成不溶於水的物質，使其無法被吸收，影響補鐵藥物的效果。牛奶中含有豐富的脂肪和蛋白質，蛋白質可以與藥物中的成分發生反應，影響藥物吸收。果汁中含有豐富的有機酸，它們會影響鹼性藥物的穩定性。此外，果汁中的其他成分，如具有很強還原性的維生素C，也可能與藥物發生反應。

不過，上述飲料中的物質不一定會對所有藥物的效果造成影響。有少部分藥物，它的說明書中注明可以用特定的飲料來服用藥物，如免疫抑制藥物雷帕霉素（西羅莫司）口服溶液可以用水或是橙汁來稀釋服用。但是，除了這些特別說明的藥物，我們並不清楚大部分藥物與飲料中複雜的成分會不會產生相互影響。因此，對於大部分藥物來說，喝白開水來服用是最保險的，也是最能夠保證藥效和安全性的。

(宮珏)



©