



藥物可以和牛奶併服嗎？

王怡文

護理師

「小孩子常常不配合吃藥，所以加在牛奶裡，孩子就吃不出來！」「每天趕著上班，沒空喝水，藥配著牛奶喝，不知道會不會影響效果？」繁忙的現代上班族，您是否也有過上述的疑問？

牛奶是一般人及小朋友們常會選擇的飲料，對嬰幼兒與老年人，更是健康與營養的重要來源，若不能充分了解它與一般藥品之間的服用禁忌，不但生病不能盡快痊癒，更浪費您和家人的寶貴時間。所以，為了讓常用的口服藥能維持一定的效果，建議您吃藥記得配開水。但是，牛奶真的不能取代開水嗎？

牛奶含有大量的蛋白質與鈣質，能促進生長並強壯骨骼，正因為如此，牛奶中的鹼性成分與鈣鹽，也常常會影響部分藥物的吸收，例如：Quinolone 與四環黴素類的抗生素、含鐵藥物、左旋多巴類藥物、雄激素、腸衣錠等等，當您使用上述藥物時，切記不要和牛奶併服！然而，到底是什麼原因造成牛奶會干擾藥物的療效與吸收？為了讓您對用藥安全能有更進一步之了解，建議您參考下列資料：

1. 牛奶 VS. 抗生素：牛奶中的鈣鹽會與 Quinolone 類抗生素中的 Ciprofloxacin、Norfloxacin、Enoxacin 及四環黴素類抗生素中之 Tetracycline，形成不溶性鹽類，因而減少抗生素之吸收，降低

- 療效，換言之等於延長病程。
2. 牛奶 VS. 鐵劑：缺鐵性貧血是婦女、兒童的常見疾病，因為牛奶中的鈣離子會和鐵劑，在十二指腸的吸收部位發生競爭，所以為什麼有些病人長期服藥也不能改善情況，就是將鐵劑與牛奶同服所致。
 3. 牛奶 VS. 左旋多巴類藥物：在腸道內，牛奶分解會產生大量的氨基酸，而氨基酸就會阻礙左旋多巴類藥物的吸收。
 4. 牛奶 VS. 雄激素：另外將牛奶與雄激素併服，會增強雄激素代謝酶的活性，導致療效下降。
 5. 牛奶 VS. 腸衣錠類藥物：有些藥物（例如：Bisacodyl），為避免於胃中溶解，影響藥效或使胃產生刺激，故做成腸衣錠，但如果您與牛奶併服，會因牛奶中的鹼性成分讓腸衣錠提前溶解，反而使藥物失效並對胃產生刺激。
- 牛奶是一種常用的飲料，好喝又有營養，香純濃沒有鹹味，清爽的口感常令人將其當成開水飲用，甚至和藥物併服。由於大家常常忽略牛奶的特性，或是因不了解牛奶的特性而養成了不良的用藥習慣，以致每一種藥物的作用和其特殊的結構，常會被胃道的酸鹼狀況所影響。所以，原則上牛奶是不宜與藥物併服的，倘若您真的要喝牛奶，又因病必須吃藥，那就盡量在用藥後一小時內，避免喝牛奶或服用制酸劑，如此才能達到更好的藥物吸收狀況。