
Omeopatia - Fitoterapia - Preparazioni Galeniche - Igiene orale - Cosmetici
Medicinali uso veterinario - Dietetici - Articoli per bambini - Articoli sanitari - Autoanalisi



Consigli di alimentazione **Interazioni cibo-warfarin**

Chi di noi non ha mai chiesto al medico che prescrive un medicinale: “Lo devo assumere a stomaco pieno o a stomaco vuoto?” Infatti gli alimenti interagiscono con i farmaci ogni qualvolta vengono a contatto diretto, il più delle volte senza alcuna conseguenza. La cosa può diventare importante quando si segue una terapia con un farmaco con basso indice terapeutico, cioè per il quale la dose tossica è vicina alla dose terapeutica, come nel caso del warfarin. Si tratta di un anticoagulante di uso molto comune, che viene assunto per mantenere una certa fluidità del sangue, impedendo la formazione di addensamenti, i trombi o emboli, che ostacolano la sua circolazione causando danni più o meno gravi ad organi e tessuti. Nel processo di coagulazione del sangue ha un ruolo importante la vitamina K, essenziale per la sintesi di fattori della coagulazione, e l'azione del warfarin consiste proprio nell'inibire questa sintesi. La posologia di questo farmaco va personalizzata a seconda del monitoraggio giornaliero del tempo di protrombina. Il cibo può rallentare l'assorbimento del medicinale, ma non ne influenza l'efficacia, a meno che sia particolarmente ricco di vitamina K che, proprio per il meccanismo d'azione, riduce l'efficacia del farmaco.



Alimenti ricchi di vit. K: antagonizzano gli effetti anticoagulanti del warfarin

- asparagi
- bietole
- broccoli
- spinaci
- sedano
- cime di rapa
- erba medica
- cavolfiore
- cavoletti di Bruxelles
- fagioli
- carote
- the verde
- germe di grano
- soia
- tuorlo d'uovo
- fegato di manzo e di maiale
- olio di fegato di pesce
- yogurt

Alimenti che aumentano gli effetti del warfarin

- aglio
- succo di mirtillo rosso
- ginseng
- zenzero

attenzione: il vaccino antinfluenzale può aumentare l'effetto anticoagulante del warfarin e molti altri farmaci possono interagire, per questo è necessario parlare con il medico o con il farmacista.

