

服药“柚”风险

文 / 上海浦东新区惠南社区卫生服务中心 倪娜 刘鹤

西柚，又称葡萄柚，是一种广受欢迎的热带水果。西柚可以直接食用，也可榨汁饮用，味道酸甜可口，略带苦味，富含维生素C等多种营养成分。研究表明，西柚具有辅助降低胆固醇、促进消化和增强免疫力等功效。但值得注意的是，西柚与某些药物可能产生相互作用，影响药物代谢及疗效。因此，在享受西柚美味的同时，了解其与药物的相互作用并谨慎食用尤为重要。

一、西柚对药物的影响

CYP3A4是细胞色素P450酶家族中的一种重要酶，主要存在于人体的肝脏和小肠中，是人体内重要的药物代谢酶。西柚中含有的天然成分呋喃香豆素能显著抑制肝药酶CYP3A4的活性。这种抑制作用会导致药物代谢速度减慢，血药浓度升高，药物作用时间延长，不良反应风险增加，严重时可能引发药物中毒。

二、易受影响的常见药物

1. 降压药

一些常见的降压药，如硝苯地平、非洛地平、卡维地洛、厄贝沙坦等，都可能受到西柚的影响。这些药物与西柚同服时，会导致血药浓度显著升高，从而增强降压效果。这可能引发血压过度降低，增加低血压风险，

导致患者出现头晕、心慌等症状，进而使跌倒、晕厥等意外事件的发生风险升高。

2. 降脂药

西柚会显著提高部分降脂药（如阿托伐他汀、辛伐他汀）的血药浓度，增加药物不良反应的发生风险，可能引发肌肉疼痛，甚至导致横纹肌溶解或肝功能异常。

3. 镇静催眠药

镇静催眠药（如阿普唑仑）与西柚同服时，会增强中枢抑制作用，可能引发嗜睡、眩晕、反应迟钝等症状，增加跌倒或交通事故的发生风险。因此，高空作业者和司机需特别注意。

4. 抗心律失常药

胺碘酮等药物与西柚同服时，西柚中的呋喃香豆素会导致药物代谢减慢、清除率下降，从而增加药物毒性反应的发生风险。具体影响包括：

- 心律失常加重：可能诱发尖端扭转型室性心动过速或加重原有症状。
- 器官毒性：可能增加肺纤维化、甲状腺功能异常的风险。
- 心血管抑制：可抑制心肌收缩力，导致低血压或心力衰竭。



安全起见，建议在停药至少72小时后再食用西柚。肝肾功能不全者更易受药物蓄积影响，需格外谨慎。老年患者因代谢能力下降，应严格避免食用西柚并加强用药监测。

5. 抗凝药

服用华法林、利伐沙班等抗凝药物期间应避免食用西柚，否则可能增加出血风险。若误食西柚后出现牙龈出血、黑便等症状，应立即停药并及时就医。患者必须严格遵守“用药期间禁食西柚”的原则。另外，临床医生应加强用药教育，明确告知患者西柚与抗凝药物的相互作用风险。

6. 免疫抑制剂

服用他克莫司、环孢素等免疫抑制剂期间应避免食用西柚。西柚会显著提高这些药物在体内的血药浓度，可能引发以下问题：

- 影响药效：可能影响免疫抑制效果，不利于器官移植后的免疫调节或自身免疫性疾病的治疗。
- 增加不良反应：引起头痛、癫痫发作及肝肾毒性等。

因此，为确保免疫抑制剂的安全有效使用，治疗期间应避免食用西柚及其相关制品。

7. 避孕药

避孕药（激素类药物）需经肝脏代谢，而西柚中的成分会抑制代谢酶活性，可能产生以下影响：

- 影响药效：干扰药物代谢导致激素水平波动，

可能降低避孕效果。

- 增加不良反应：恶心、头痛等症状可能更明显。

因此，应避免同时服用避孕药和西柚。若需食用，需确保足够的间隔时间（建议咨询医生具体时长），以降低相互作用风险。

三、西柚的临床应用价值

西柚含有丰富的生物活性成分。研究表明，西柚中的橙皮苷能降低丙肝病毒的分泌量，而其富含的维生素C可有效改善牙周炎患者的牙龈出血症状。另有研究证实，西柚能明显降低药物使用剂量和治疗费用。随着研究的深入，西柚可能成为一种新型的治疗选择。

食物与

温馨提示

虽然白柚、红柚等品种的呋喃香豆素含量较西柚少，但仍可能影响药物代谢，建议避免食用。相比之下，甜橙和柑橘的呋喃香豆素含量极低，对CYP3A4酶几乎不产生抑制作用，可以适量食用。因此，建议用药期间选择甜橙、柑橘等低风险水果，并咨询医生或药师，确认具体饮食禁忌。

