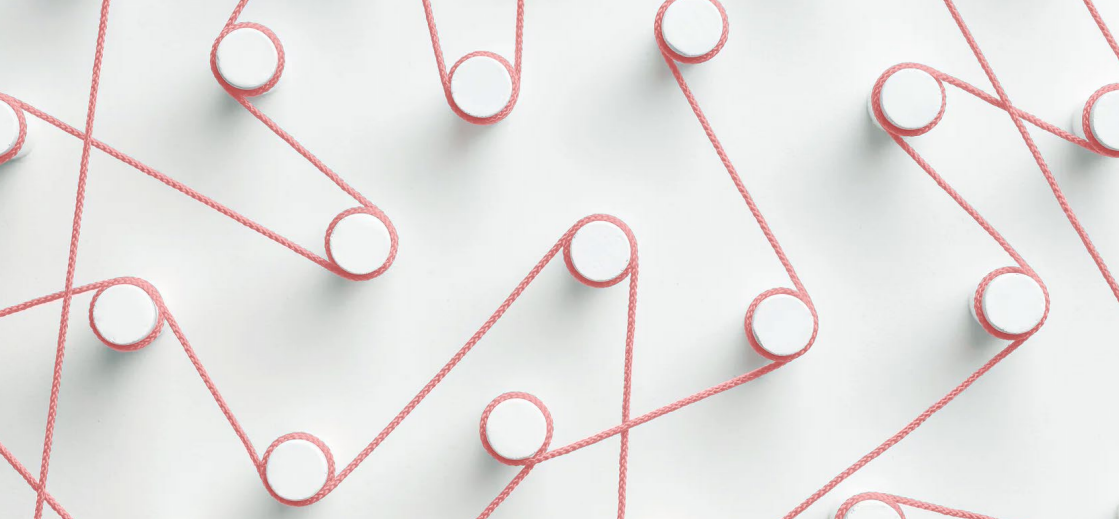




Interakcje leków

Co może wpływać na działanie leków przeciwnowotworowych?

PORADNIK DLA PACJENTA

Leki onkologiczne mogą wchodzić w interakcje z wieloma substancjami, które przyjmujemy każdego dnia, w tym:



Jedzenie lub napoje



Inny lek



Suplementy diety



Alkohol



Tytoń



Narkotyki

Interakcje mogą wpływać na przebieg terapii przeciwnowotworowej.

Może to oznaczać, że lek onkologiczny zadziała silniej lub słabiej albo może zwiększyć się ryzyko działań niepożądanych.

Interakcje leków – dlaczego są ważne?

Leki mogą wpływać na siebie oraz na różne substancje, które przyjmujemy na co dzień. Takie wzajemne oddziaływania nazywamy **interakcjami lekowymi**.

Mogą one zmieniać sposób, w jaki lek działa w organizmie, a tym samym wpływać na skuteczność i bezpieczeństwo leczenia.



Interakcje mogą sprawić, że lek zadziała słabiej bądź silniej lub spowoduje niepożądane objawy.



Dlatego bardzo ważne jest, aby Twój onkolog prowadzący wiedział o wszystkich przyjmowanych przez Ciebie lekach, suplementach, a nawet o stosowanych dietach i ograniczeniach pokarmowych.



Porozmawiaj z lekarzem onkologiem o wszystkich lekach, które przyjmujesz – zarówno na początku terapii przeciwnowotworowej, jak i w jej trakcie. Zawsze konsultuj się z lekarzem przed włączeniem nowego preparatu oraz wtedy gdy pojawiają się pytania lub wątpliwości.

Z czym mogą wchodzić w interakcje leki przeciwnowotworowe?

Leki przeciwnowotworowe mogą reagować z wieloma różnymi substancjami, między innymi z:



innymi lekami na receptę

(np. lekami przeciwdepresyjnymi, przeciwpadaczkowymi, przeciwgrzybiczymi, antybiotykami, lekami przeciwzakrzepowymi, lekami stosowanymi w chorobach serca)



lekami dostępnymi bez recepty

(np. przeciwbólowymi, przeciwzapalnymi, przeciwalergicznymi, nasennymi np. melatonina, lekami na przeziębienie lub kaszel)



suplementami diety i preparatami ziołowymi

(np. dziurawiec, żeńszeń, miłorząb japoński, kurkuma, czosnek w kapsułkach, ostropest plamisty, jeżówka, aloes, imbir w dużych dawkach, kozłek lekarski (waleriana), kozieradka, żurawina, ashwagandha, mięta pieprzowa, preparaty z zielonej herbaty, preparaty z guarany, preparaty „na odporność” zawierające mieszanki ziół)



witaminami i minerałami,

najczęściej problem dotyczy wysokich dawek witamin (np. wysokie dawki witaminy C), a nie ilości obecnych w zwykłej, codziennej diecie



alkoholem

(np. piwo, wino, koktajle wysokoprocentowe)



tytoniem

(np. papierosy tradycyjne, e-papierosy, podgrzewacze tytoniu)



narkotykami

(np. marihuana, amfetamina, kokaina, MDMA/ecstasy)



niektórymi pokarmami i napojami

(np. grejpfrut i sok grejpfrutowy, pomelo, pomarańcza gorzka (Sevilla), granat i sok z granatu, zielona herbata w dużych ilościach, yerba mate, napoje energetyczne, kawa w dużych ilościach, produkty bogate w witaminę K – np. szpinak, jarmuż, brokuły, kapusta, natka pietruszki, produkty mleczne, produkty bardzo bogate w wapń)

Szczególnie ważne w trakcie leczenia onkologicznego

Niektóre produkty mogą wyraźnie wpływać na działanie leków przeciwnowotworowych, dlatego przed ich stosowaniem zawsze skonsultuj się z onkologiem.



Zawsze skonsultuj się z onkologiem przed zastosowaniem: **dziurawca, grejpfruta i soku grejpfrutowego, preparatów ziołowych i mieszanek „na odporność”, suplementów, witamin i antyoksydantów.**

Nawet produkty uznawane za „naturalne”, takie jak zioła czy suplementy, mogą znacząco zmieniać działanie leków przeciwnowotworowych.

Naturalne nie zawsze znaczy bezpieczne!

W przeciwieństwie do leków, suplementy diety **nie muszą przechodzić rygorystycznych badań, które potwierdzają ich skuteczność i bezpieczeństwo**. Oznacza to, że **ich skład i działanie nie zawsze są tak dokładnie sprawdzane jak w przypadku leków**, a ilość substancji aktywnych może się różnić między produktami.



W trakcie leczenia onkologicznego zaleca się całkowite unikanie alkoholu.

Nie należy samodzielnie eliminować z diety żadnych produktów bez konsultacji z lekarzem. Wiele produktów jest bezpiecznych w typowych ilościach, jednak w niektórych sytuacjach konieczne może być ograniczenie lub unikanie określonych produktów. Każdą decyzję zawsze należy omówić z lekarzem prowadzącym, aby zapewnić bezpieczeństwo terapii.



Nie eliminuj produktów z diety samodzielnie. Wiele z nich jest bezpiecznych w typowych ilościach.
Każdą decyzję omów z lekarzem prowadzącym.

Dlaczego ocena interakcji jest ważna – co może się wydarzyć?



Interakcje między lekami i innymi substancjami mogą prowadzić do różnych problemów, na przykład:

- osłabienia skuteczności leczenia
- zwiększenia ryzyka działań niepożądanych
- nasilenia toksyczności leku
- nadmiernej senności, zawrotów głowy lub zaburzeń koncentracji
- zaburzeń pracy ważnych narządów m.in. serce, wątroba czy nerki



W niektórych przypadkach interakcje mogą być poważne i niebezpieczne dla zdrowia.

Kiedy ryzyko interakcji jest większe?



Ryzyko interakcji wzrasta, gdy:

- przyjmujesz wiele leków jednocześnie
- masz kilka chorób przewlekłych
- stosujesz suplementy diety lub preparaty ziołowe
- przyjmujesz leki bez recepty bez konsultacji z lekarzem



Im więcej różnych substancji trafia do organizmu, tym większe prawdopodobieństwo, że będą one na siebie wpływać.

Jak zmniejszyć ryzyko interakcji?



6 zasad bezpiecznego przyjmowania leków:

- 1. Informuj Twojego onkologa o wszystkich przyjmowanych substancjach.**
Powiedz o wszystkich lekach, suplementach, ziołach oraz lekach bez recepty.
- 2. Nie rozpoczynaj przyjmowania nowych preparatów samodzielnie.**
Zawsze skonsultuj się z lekarzem przed włączeniem nowego leku lub suplementu.
- 3. Czytaj informacje dołączone do leków.**
Na ulotce znajdują się ważne informacje dotyczące możliwych interakcji i sposobie właściwego przyjmowania leku.
- 4. Prowadź listę wszystkich przyjmowanych preparatów.**
Zapisz nazwy leków i suplementów oraz pokazuj tę listę każdemu lekarzowi, który Cię leczy.
- 5. Stosuj się do zaleceń dotyczących jedzenia i napojów.**
Niektóre leki należy przyjmować z jedzeniem, inne na czczo lub z zachowaniem określonego odstępu od posiłku.
- 6. Informuj lekarza o swoich nawykach żywieniowych.**
Powiedz, jeśli często spożywasz określone produkty (np. dużą ilość kawy, zielonej herbaty) albo jeśli eliminujesz coś z diety, np. czerwone mięso, cukry proste. Te informacje mogą mieć znaczenie dla bezpieczeństwa i skuteczności leczenia.



Jak przygotować się do wizyty u lekarza?

Przed wizytą warto przygotować **listę wszystkich przyjmowanych substancji**. Dzięki temu lekarz łatwiej może ocenić, czy nie występuje ryzyko interakcji.

Twoja lista powinna zawierać:

- nazwy wszystkich leków na receptę, leki dostępne bez recepty, suplementy diety i preparaty ziołowe, witaminy i minerały, nazwy herbat i mieszanek ziołowych, preparaty stosowane „okazjonalnie” (np. leki przeciwbólowe lub nasenne) oraz leki niedawno odstawione (do 14 dni)

Dodatkowo zapisz:

- dawkę leku lub suplementu i jak często go stosujesz

Warto również zanotować:

- ile kawy pijesz dziennie, czy spożywasz alkohol, czy stosujesz e-papierosy lub inne używki



Kiedy skonsultować się z lekarzem?

Skonsultuj się z lekarzem, jeśli:

- planujesz rozpocząć przyjmowanie nowego leku lub suplementu,
- masz wątpliwości dotyczące przyjmowanych leków,
- pojawiły się nowe, wcześniej nieobecne objawy,
- chcesz zastosować lek bez recepty.

Nie wprowadzaj zmian w leczeniu samodzielnie.



Pamiętaj!

Bezpieczne leczenie przeciwnowotworowe wymaga współpracy pacjenta z onkologiem. Informowanie o wszystkich przyjmowanych substancjach pomaga uniknąć niebezpiecznych interakcji i zwiększa skuteczność terapii.

Piśmiennictwo:

1. Complementary medicines: what is good and what is bad? | BCAC Breast Cancer Aotearoa Coalition. (n.d.). Retrieved March 12, 2026.
From <https://www.breastcancer.org.nz/content/complementary-medicines-what-good-and-what-bad>
2. Buckner CA, Lafrenie RM, Dénonmée JA, Caswell JM & Want DA. Complementary and alternative medicine use in patients before and after a cancer diagnosis. *Current Oncology*. 2018; 25(4), e275-e281.
<https://doi.org/10.3747/CO.25.3884>
3. Drug Interactions: What You Should Know. (n.d.). Retrieved March 8, 2026.
From <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/drug-interactions>
4. Drug Interactions: What You Should Know | FDA. (n.d.). Retrieved March 8, 2026.
From <https://www.fda.gov/drugs/resources-drugs/drug-interactions-what-you-should-know>

Treść materiału została opracowana w oparciu o ogólnodostępne źródła naukowe oraz zweryfikowana pod względem merytorycznym w konsultacji z lekarzem praktykiem w dziedzinie onkologii klinicznej. Materiał ma charakter ogólny i nie zastępuje indywidualnej porady lekarskiej.