

## **Beberapa hal yang harus diingat tentang interaksi obat & makanan.**

1. Bertanyalah kepada dokter cara minum obat saat konsultasi.
2. Bacalah aturan pakai pada kemasan obat.
3. Baca semua aturan, peringatan dan pencegahan interaksi yang tertulis pada label obat dan kemasan.
4. Minum obat dengan segelas air putih, kecuali dokter Anda menyarankan cara pakai yang berbeda.
5. Jangan mencampur obat kedalam makanan/minuman atau membuka cangkang kapsul karena dapat mempengaruhi khasiat obat.
6. Jangan mencampur obat dengan minuman panas, karena suhu panas dapat mempengaruhi kerja obat.
7. Jangan minum obat dengan alkohol.

Selain dengan makanan dan minuman, obat juga dapat berinteraksi dengan: obat lainnya, obat tradisional, dan suplemen kesehatan.



**Obat atau makanan,  
mana yang lebih dahulu**



## **INTERAKSI OBAT & MAKANAN**



**Tanyakan informasi lebih detail  
pada APOTEKER Anda.**





## Adakah pengaruh makanan & minuman dengan obat yang kita konsumsi?

Makanan apa saja yang kita konsumsi berpotensi untuk berinteraksi dengan obat yang kita konsumsi bersama. Oleh sebab itu sebaiknya obat diminum dengan air putih saja, kecuali untuk obat tertentu.

Hasil kerja obat dalam tubuh kita dapat dipengaruhi oleh makanan atau minuman yang kita konsumsi. Selain dengan makanan beberapa obat yang kita konsumsi secara bersamaan juga dapat saling berinteraksi satu dengan lain.

Tapi, beberapa obat lebih mudah ditoleransi/diterima bila dikonsumsi bersamaan dengan makanan.



## Contoh obat yang berinteraksi dengan makanan atau minuman.



Susu dengan antibiotik, misalnya: Amoxicillin, Ampicillin, Chloramphenicol, Tetracycline, Ciprofloxacin, Ofloxacin & Levofloxacin. Susu akan menghambat penyerapan antibiotik ini.



Kopi dengan obat stimulan susunan saraf pusat, seperti: Methylphenidate dapat meningkatkan rasa gugup, gangguan tidur dan denyutan jantung berlebihan.



Teh mengandung senyawa tanin yang dapat mengikat zat besi dan beberapa senyawa aktif obat, seperti: Ephedrin & Colchicine. Sehingga akan mengurangi penyerapan obat ini pada saluran cerna.

Interaksi obat & makanan dapat mengurangi khasiat atau manfaat obat, bahkan dapat menimbulkan efek yang merugikan pasien.

Obat yang dapat menyebabkan gangguan lambung dianjurkan minum pada waktu makan atau sesaat setelah makan.

- Antinyeri: Mefenamic Acid, Natrium Diclofenac, Acetosal.
- Antibiotik: Metronidazol, Nitrofurantoin.

Obat dapat bekerja dengan baik, jika diminum saat lambung kosong contoh:

- Antihipertensi: Captopril (1 jam sebelum makan)
- Obat tuberkulosis: Rifampicin dan Isoniazid/INH (1 jam sebelum makan)
- Antibiotik: Azytromycin (1 jam sebelum makan)
- Antidiabetik: Glimepiride (segera sebelum makan)
- Obat mag: Antasida, Omeprazole, Sucralfate (1 jam sebelum makan)
- Obat angina pektoris: ISDN (1/2 jam sebelum makan)

