

**AUGLAVIN® PPH**  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum



**AUGLAVIN® PPH**  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum

#### Wskazania do stosowania<sup>1</sup>:

- ✔ ostre bakteryjne zapalenie zatok (właściwie rozpoznane)
- ✔ ostre zapalenie ucha środkowego
- ✔ zaostrzenie przewlekłego zapalenia oskrzeli (właściwie rozpoznane)
- ✔ pozaszpitalne zapalenie płuc
- ✔ zapalenie pęcherza moczowego
- ✔ odmiedniczkowe zapalenie nerek
- ✔ zakażenia kości i stawów, zwłaszcza zapalenie kości i szpiku
- ✔ zakażenia skóry i tkanek miękkich, zwłaszcza zapalenie tkanki łącznej, zakażenia po ukąszeniu przez zwierzęta, ciężki ropień okołozębny z szerzącym się zapaleniem tkanki łącznej

**AUGLAVIN® PPH Extra**  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum

#### Wskazania do stosowania<sup>2</sup>:

- ✔ ostre zapalenie ucha środkowego
- ✔ pozaszpitalne zapalenie płuc

<sup>1</sup> Obwieszczenie Ministra Zdrowia w sprawie wykazu refundowanych leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych na dzień 1 stycznia 2023 r.  
1. ChPL Auglavin PPH 2. ChPL Auglavin PPH Extra



## ZALECENIA DIETETYCZNE PRZYJAZNE ANTYBIOTYKOTERAPII – praktyczne wskazówki

**AUGLAVIN® PPH**  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum

**KLABION<sup>uno</sup>**  
Clarithromycinum

**DiCORTINEFF**  
neomycyna + gramicydyna + octan flutokazyenu

**polpharma**

AUG/152/12-2022

mgr inż. Aleksandra Cichocka, dietetyk

# ZALECENIA DIETETYCZNE PRZYJAZNE ANTYBIOTYKOTERAPII – praktyczne wskazówki

mgr inż. Aleksandra Cichocka, dietetyk

## KIEDY PRZYJMOWAĆ ANTYBIOTYKI?

Sprawdź w ulotce lub zapytaj lekarza, czy antybiotyk należy przyjąć przed jedzeniem, w jego trakcie czy po nim. W przypadku niektórych antybiotyków niewskazane jest łączenie ich z posiłkiem – pogarsza to wchłanianie leku z przewodu pokarmowego. Te antybiotyki powinno się przyjmować co najmniej godzinę przed posiłkiem lub 2 h po nim. Należy mieć jednak na uwadze, że istnieją również antybiotyki, które wręcz zaleca się przyjmować z posiłkiem lub tuż po nim.

## DIETA I ZALECANE PRODUKTY SPOŻYWCZE

W celu ochrony żołądka i wątroby zaleca się dietę lekkostrawną, czyli potrawy gotowane, pieczone, duszone – bez uprzedniego obsmażania. Aby organizm mógł sobie poradzić z infekcją, należy zwiększać odporność poprzez stosowanie pełnowartościowej diety. Rekomendowane jest spożywanie:

- dużej ilości warzyw o różnych kolorach – kilka razy dziennie
- owoców (oprócz cytrusów) – w ilości mniejszej niż spożywane warzywa
- pełnoziarnistych produktów zbożowych (zawierają m.in. dużo cennych witamin z grupy B)
- produktów mlecznych o niskiej zawartości tłuszczu we właściwym odstępie od przyjęcia antybiotyku, czyli 1–2 h przed zastosowaniem antybiotyku lub 2 h po jego zażyciu
- produktów bogatych w białko (w tym tłustych ryb morskich zawierających cenne kwasy omega-3) – przynajmniej 2 razy w tygodniu
- tłuszczów roślinnych.

**SPOŻYWANIE WARZYW I OWOCÓW DOSTARCZA ORGANIZMOWI WIELU CENNYCH WITAMIN ANTYOKSYDACYJNYCH: C, E I  $\beta$ -KAROTENU ORAZ INNYCH PRZECIWTLENIAJCZY, NP. FLAWONOIDÓW.**



## PRODUKTY NIEZALECANE

Należy unikać produktów ciężkostrawnych, smażonych, również w głębokim tłuszczu; tłustego mięsa i wędlin; tłustych serów; tłuszczów zwierzęcych – smalcu, słoniny; produktów typu *fast food* oraz słonych przekąsek. Rekomenduje się ograniczenie cukru i słodczy oraz słodzonych napojów. Podczas przyjmowania niektórych antybiotyków **nie powinno się pić soku grejfrutowego, jeść grejfrutów ani przyjmować preparatów z wyciągiem z grejfruta**. Może to spowolnić metabolizm leku, co znacznie podwyższa jego stężenie we krwi. W przypadku większej dawki leku stanowi to przyczynę zwiększenia ryzyka działań niepożądanych, m.in. uszkodzenia wątroby. Podobne działanie do soku grejfrutowego może wykazywać sok z niektórych gatunków pomarańczy (czerwonych, gorzkich), jak również innych cytrusów. **ZREZYGNUJ Z ALKOHOLU. Alkohol może nasilać skutki uboczne leku, osłabiać lub nadmiernie wzmacniać jego działanie, a tym samym pogarszać skuteczność leczenia. Może prowadzić do wydłużenia terapii lub nasilenia objawów choroby.**



## CZYM POPIJAĆ ANTYBIOTYKI?

Antybiotyki najlepiej popijać szklanką przegotowanej wody o temperaturze pokojowej, o ile nie ma innych zaleceń.



## CZYM NIE POPIJAĆ ANTYBIOTYKÓW?

Antybiotyków nie należy popijać mlekiem, herbatą, kawą ani sokiem, gdyż mogą one wpływać na zmianę stopnia wchłaniania leku i skuteczność jego działania. Mogą także powodować niekorzystne działania uboczne, czasem nawet groźne dla zdrowia. Antybiotyków nie można też popijać alkoholem, również niskoprocentowym.



## NATURALNE PROBIOTYKI

Spożywanie naturalnych probiotyków jest zalecane w czasie terapii antybiotykami, a także pewien czas po jej zakończeniu. Do naturalnych probiotyków należą kiszonki, np.: kiszona kapusta, ogórki, buraki, zakwas buraczany, jak również fermentowane napoje mleczne: jogurt, kefir, maślanka, zsiadłe mleko. W ich składzie występują bakterie kwasu mlekowego przywracające naturalną równowagę mikroflory jelitowej. **WAŻNA UWAGA:** fermentowane napoje mleczne oraz wszystkie produkty mleczne (mleko, ser biały, żółty) zawierają wapń (Ca), który zmniejsza wchłanianie niektórych antybiotyków z przewodu pokarmowego. Dlatego produkty mleczne oraz produkty wzbogacane w wapń, np. napoje roślinne, spożywaj 1–2 h przed przyjęciem antybiotyku lub 2 h po jego zażyciu.



## PROBIOTYKI – SUPLEMENTY

Suplementy zawierające szczepy bakterii probiotycznych przywracają naturalną florę bakteryjną jelit. Przyjmuj je około 2 h przed przyjęciem antybiotyku lub 2 h po jego zażyciu.

## SUPLEMENTY ZAWIERAJĄCE WITAMINY I SKŁADNIKI MINERALNE

Uzgodnij z lekarzem, czy w czasie swojej antybiotykoterapii możesz stosować preparaty witamino-mineralne, czy Twój antybiotyk nie wchodzi z nimi w interakcje. Jeśli lekarz wyrazi zgodę, poproś o informację, w jakim odstępie od zażycia antybiotyku możesz je przyjmować.



## ZIOŁA

Zapytaj lekarza, czy w czasie terapii antybiotykami dopuszczalne jest przyjmowanie ziół, bowiem niektóre z nich mogą wchodzić z nim w interakcje. Przykładem może być dziurawiec, nasilający reakcje fotonadwrażliwości wywoływane przez niektóre antybiotyki.

### Piśmiennictwo:

1. Jarosz M (red). Dietetyka – żywność, żywienie w prewencji i leczeniu. IZZ, Warszawa 2017. 2. Jarosz M (red). Jeść zdrowiej i żyć dłużej. Żywnienie osób w starszym wieku. Lidi i NCEZ, Warszawa 2019. 3. Jarosz M, Dzieniszewski J (red). Suplementy diety a zdrowie. Porady lekarzy i dietetyków. PZWL, Warszawa 2008. 4. Jarosz M, Dzieniszewski J (red). Uważaj, co jesz, gdy zażywasz leki. Interakcje między żywnością, suplementami diety a lekami. PZWL, Warszawa 2020. 5. Szajewska H. Rola probiotyków w profilaktyce i leczeniu chorób przewodu pokarmowego według aktualnych wytycznych. Med Prakt. 2021; 1: 44-53.

Wydawca:

**me** medical education  
grupa wydawnicza

# AUGLAVIN® PPH

Amoxicillinum + Acidum clavulanicum

**NOWOŚĆ!**

Auglavin® PPH Extra  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum  
[600 mg + 42,9 mg]/5 ml

Auglavin® PPH  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum  
[400 mg + 57 mg]/5 ml

Auglavin® PPH  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum  
[400 mg + 57 mg]/5 ml

Auglavin® PPH  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum  
875 mg + 125 mg, tabletki powlekane

Auglavin® PPH  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum  
875 mg + 125 mg, tabletki powlekane

Auglavin® PPH  
Amoxicillinum + Acidum clavulanicum  
500 mg + 125 mg

Informacja o leku dostępna po zeskanowaniu kodu lub u przedstawiciela Polpharmy

Auglavin PPH

Informacja o leku dostępna po zeskanowaniu kodu lub u przedstawiciela Polpharmy

Auglavin PPH Extra

lek refundowany\*

## KLABION uno

Clarithromycinum

5 tabletek powlekanych o przedłużonym uwalnianiu

7 tabletek powlekanych o przedłużonym uwalnianiu

500 mg

500 mg

Informacja o leku dostępna po zeskanowaniu kodu lub u przedstawiciela Polpharmy

100% ODPLATNOŚĆ\*\*

## DiCORTINEFF

neomycyna + gramicydyna + octan fluorokortyzonu

100% ODPLATNOŚĆ\*\*

Informacja o leku dostępna po zeskanowaniu kodu lub u przedstawiciela Polpharmy

Informacja o leku dostępna po zeskanowaniu kodu lub u przedstawiciela Polpharmy

\* Obwieszczenie Ministra Zdrowia w sprawie wykazu refundowanych leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych na dzień 1 stycznia 2023 r.  
 \*\*Indeks Leków Medycyny Praktycznej dostępny na: Indeks Leków MP.