

藥注意！腎移植後勿亂補！

文/藥劑科 莊芸涵 藥師

腎臟移植為末期腎臟病的一種治療方式，為了避免身體排斥這顆新腎臟，移植腎友須要長期服用免疫抑制劑，如鈣調神經磷酸酶抑制劑、抗代謝製劑、類固醇、以及增殖訊息抑制劑等。然而病友可能因移植前的慢性腎病導致本身營養狀況不佳，術後身體修復速度較慢，再加上免疫抑制劑的副作用，可能會有體力虛弱與一些代謝性問題，例如高血壓、高血糖、高血脂等，而想尋求一些中草藥及保健食品的補充來恢復體力跟調整體質，那麼能不能服用呢？

華人社會大多都有「藥食同源」的文化，常常會將中草藥加入藥膳、食品原料或各種食品產品當中來保健身體。然而中藥材有鉀離子含量問題，而免疫抑制劑也有高血鉀的藥物副作用，對於病友來說血鉀控制更加不易。有些來源不明的中草藥

甚至與免疫抑制劑有藥物交互作用，進而會影響免疫抑制劑療效及副作用。此外尚有藥材來源是否含重金屬、農藥或假貨等安全的疑慮，對於移植腎友大多還是建議避免自行服用中草藥。以下列出一些與免疫抑制劑相關的中西藥物交互作用：

・ 影響環孢靈的血中濃度

若服用含洋甘菊食品或含有黃連素(Berberine)的黃連，因為會抑制肝臟代謝酵素CYP3A4，而減少環孢靈的代謝，使得環孢靈血中濃度增加，可能會提高環孢靈副作用的發生機率，應謹慎使用。若服用含黃芩、黃柏、葛根或枳實等中藥會降低環孢靈的藥物血中濃度，可能使免疫抑制效果打折，應避免與環孢靈併服。

・ 降低環孢靈或FK506的血中濃度

貫葉連翹，又名貫葉金絲桃、聖約翰草(St John's wort)，為歐美常用草藥，主要用於婦女調經，亦有寧神、平衡情緒的作用。如果將它與環孢靈或FK506併用，會誘導肝臟代謝酵素CYP3A4與CYP2B6，增加環孢靈或FK506的代謝，導致藥物血中濃度下降，



圖一、院內常用腎移植口服免疫抑制劑分類

可能會影響免疫抑制劑的療效，增加發生腎臟急性排斥的風險，故服用環孢靈或FK506的移植腎友勿用貫葉連翹。

· 減少類固醇的代謝

傳統中草藥中，甘草用途廣泛，不只能入中藥方劑，還能添加於食品中當作調味，但甘草中的甘草素(Glycyrrhizin)會抑制 $5\alpha, \beta$ reductase, 11β dehydrogenase，減少類固醇代謝。如果併服甘草與類固醇，會加強類固醇藥效，也可能強化類固醇的副作用，例如水腫、免疫力降低、食慾增加、血壓升高、睡眠困難等，甚至可能導致骨質疏鬆症。因此若原本血壓控制不佳的移植腎友，建議避免併用。

· 減少免疫抑制劑的作用

服用免疫抑制劑就是為了避免腎移植被自身免疫系統排斥，若此時再使用一些增強免疫力的中藥或保健食品，兩兩功效相抵觸之下，則會大大增加發生急性排斥的機會。例如中藥材中的補氣藥(人參類)、壯陽類藥材(鹿茸)、補血藥(阿膠、紅棗、當歸等)、保健食品中的紫錐花、蜂王漿、靈芝等強調增進免疫的產品都需要避免食用。

· 可能增加西藥的副作用的機率

紅麴是近年來用於降血脂的熱門保健食品，其降血脂的功效為紅麴醱酵過程中所產生的紅麴菌素(Monacolin K)與statin類降血脂藥的結構類似，作用機轉相同，可減少膽固醇合成。但若是病友本身即有血脂異常或是因長期服用免疫抑制劑所致的高血脂，已經正在服用statin類降血脂藥，則不宜再使用含有紅麴的保健食品，如併用易增加發生肌病變等不良反應的風險，如出現深茶色尿、肌肉酸痛與無力，嚴重時可能導致橫紋肌溶解症等危險。

最後提醒移植腎友，每個人體質病況並不同，「別人的蜜糖可能是你的毒藥」，切勿貿然亂補，最好先由攝取天然食材來補充營養，如您真有保健食品的需求，建議先與醫師及藥師諮詢，衡量個人體質，為您分析是否有補充保健食品的必要性。腎移植得來不易，為了讓它能正常運作，需要您與醫療團隊一起合作，共創「腎利人生」。