

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguyễn Ngọc Lan và Bs Thú y Nguyễn Thế Ngọc Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

**Ti.**

*(\*\*Lời tác giả: Bài viết này chỉ là thông tin khoa học tổng quát mà thôi chứ không có tính cách để chữa bệnh. Mọi thắc mắc, nghi vấn liên quan đến thuốc thiên nhiên hay thuốc khi sử dụng nó xin quý bệnh nhân đừng hãy tham khảo trực tiếp với bác sĩ gia đình của mình. NNL-NTC)*

Thế giới tình, ai cũng nghĩ rằng thuốc thiên nhiên là vô hại. Các nhà khoa học Tây phương đã cho biết là có một số thuốc thiên nhiên khác các loại vitamin, nếu dùng không đúng cách vẫn có thể gây hại cho sức khỏe...

Một vài loại thuốc có thể che lấp một cách tạm thời diễn biến thực sự của bệnh trạng, và làm sai lệch kết quả các tests của phòng thí nghiệm. Chúng cũng có thể làm gia tăng tác dụng của thuốc Tây đến nỗi gây nguy hiểm cho bệnh nhân. Đôi khi thuốc thiên nhiên cũng có thể hóa giải, làm giảm hay làm mất tác dụng của một loại thuốc Tây nào đó nếu dùng chung với nhau.

Tóm lại, tất cả các phản ứng bất lợi và nêu trên đều do sự tương tác (interaction) giữa các món thuốc với nhau mà ra thôi.

### **Chức năng của thuốc: một vấn đề nan giải**

Trước một rằng thuốc thiên nhiên đa loại, đa cơ chế, ngấm vào tiêu hóa, phân vân và thậm chí không biết mình nên chọn thuốc nào đây? Thôi thì chỉ còn biết tin vào quảng cáo, hình thức và màu sắc bên ngoài của hộp thuốc để mà quyết định.

Ở Canada, thuốc thiên nhiên nằm trong vòng kiểm soát của một số nhà bào chế lớn như: Wampole Canada, Swiss Herbal, Quest, Jamieson, Lalco, Adrien Gagnon, Jean Marc Brunet, v.v... Ngoài ra, cũng có một số laboratoires chen chân kiếm ăn bên cạnh các nhà bào chế đàn anh.

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguyễn Ngọc Lan và Bs Thú y Nguyễn Thị Ngọc Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

Santé Canada cho các loại thuốc thiên nhiên tại Canada vào là 4,3\$ /năm (so với 10,9\$ /năm cho các thuốc có patent).

Thuốc thiên nhiên tại Hoa Kỳ 36\$ /năm.

Thuốc thiên nhiên được sản xuất theo là công nghiệp thì đòi hỏi phải có nguồn cung cấp nguyên liệu tốt để đảm bảo. Một số thuốc được sản xuất ngay tại Canada hoặc Hoa Kỳ và phần lớn còn là thuốc nhập khẩu từ Á Châu hay từ Nam Mỹ. Họ rất chú ý cả cây thuốc có thể rất thay đổi, tùy theo thời gian tăng trưởng, nơi trồng, cách trồng, tùy theo phần nào của thực vật được sử dụng và cũng tùy theo cây thuốc được hái lúc nào trong năm.

Tại những phòng khám trị xa xôi với nhiều bệnh thì làm sao kiểm soát một cách chu đáo tất cả quy trình sản xuất nguyên vật liệu để bảo đảm có một chất lượng an toàn và trung thực cho được? Đây cũng là một vấn đề lo ngại của những nhà bào chế có lương tâm...

Không phải thiên nhiên là vô hại! Một số thực vật có thể có hại cho sức khỏe như làm hạ gan, hạ thận hay thậm chí còn có thể gây ra ung thư.

Bởi vì nên nhớ một số chất sau đây bị cấm tại Canada: Aristolochia (Birthwort, Snake root, Guang Fang Ji), Coca (Erythroxylum coca), Mã tiền Nux vomica (có Strychnine) và Pau d'arco (Tabebuia impetiginosa).

Santé Canada thường theo dõi và kiểm soát các loại thuốc thiên nhiên bán trên thị trường, để có biết quan tâm đến các món thuốc nhập khẩu từ Á châu. Thậm chí họ cũng có phát hiện một số thuốc mao hóa. Tuy mang danh nghĩa là thuốc thiên nhiên nhưng nhà sản xuất lại có tình trạng thêm những loại thuốc Tây (prescription drugs, médicaments d'ordonnance) vào trong đó. Những chất thuốc thông thường thêm có thể là những steroides, hormones, các chất thuốc lợi tiểu, các thuốc kháng viêm sưng (anti inflammatoires), các thuốc trợ dục (aphrodisiaques) và thuốc làm giảm đường huyết (hypoglycémiant).

Nhận hiểu cả các thuốc nhập khẩu từ Á Châu thậm chí họ cũng không rõ rệt, khó hiểu, không dễ dàng để nhận biết và cũng không nêu rõ những người đi mua cần quan trọng!

Theo số nhận định của cơ quan Y Tế Canada, thì số phép gia nhũu loĩi thuốc thiên nhiên vĩi nhau đĩu đĩc nghi ngờ là có thể đĩn đĩn nhĩng phĩn ĩng bĩt lĩi, làm tĩn thĩng gan và có hĩi cho sĩc khĩe. Ngoài ra, còn có vĩn đĩ nhĩ nhĩng nguyên liũu sĩ đĩng là nhĩng nguyên liũu bĩ giĩ mĩo hay bĩ biĩn đĩi cũng đĩc kĩ nhĩ là nhĩng nhân tĩ bĩt lĩi (ĩ a number of factors must be considered when a natural product with multiple ingredients is suspected to be associated with adverse effects. And adulterant or misidentified ingredients could be present in the product that maybe responsible for any adverse effects. Possible toxicity due to excessive dosing or prolonged intake should be considered. Some herbs may contain hepatotoxins and other may contribute to idiosyncratic hepatotoxic reactions and involve an immunological response... Health Canada, Canadian adverse Reaction Newsletter, Jan 2003).

### Mĩt số thuốc thiên nhiên thông đĩng tĩi hĩi ngoĩi

\* Valériane (*Valeriana officinalis*, Valerian, Herbe aux chats, Herbe de st George): Giũp an thĩn, giũm lo ầu bĩc rĩc, giũm stress, giũm suy nhĩĩc tinh thĩn, đĩng kinh, giũp tĩp trung tĩ tĩng và ngĩ ngon...

Không nên sĩ đĩng chung vĩi các loĩi thuốc ngĩ hay thuốc an thĩn (sĩdatifs) nhĩ barbituriques, benzodiazepines (Valium, Librium, Ativan). Cũng không nên uĩng chung vĩi các thuốc thiên nhiên có tĩn an thĩn nhĩ Camomille, Kava và Millepertuis vì tĩn an thĩn sĩ bĩ gia tăng gĩp bĩi, bĩ nhĩ nhĩn có thể rĩi vào trĩng thái mĩ man. Cũng mĩt lý do vĩa nêu, không nên uĩng Valeriane chung vĩi rĩũu vì sĩ làm tăng tác đĩng cĩa alcohol. Không nên uĩng chung cũng lúc vĩi thuốc trĩ bĩ nhĩ mĩt ngĩ vì tác đĩng cĩa thuốc nĩy sĩ tăng.

\* Kava-Kava (*Piper methysticum*, Tonga, Awa): Trĩ lo ầu, an thĩn...

Không nên sĩ đĩng chung vĩi các loĩi thuốc barbituriques, benzodiazepines, thuốc trĩ suy nhĩĩc tinh thĩn và thuốc trĩ bĩ nhĩ Parkinson. Kava có ĩ nhĩ hĩĩng không tĩt đĩi vĩi các loĩi thuốc gĩy mĩ, nhĩ nó có thể làm gia tăng tác đĩng cĩa thuốc mĩ Halothane, rĩt nguy hiĩm khi giĩi phĩu. Không nên uĩng rĩũu lúc sĩ đĩng thuốc Kava.

\* Echinacée (*Echinacea* sp, Cone flower, Hedgehog, Indian Head): Trĩ cĩm cúm, cĩm nhĩm

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguyễn Ngọc Lan và Bs Thú y Nguyễn Thị Ngọc Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

đồng hồ p, tăng cường sức miễn dịch...

Không sử dụng Echinacée nếu đang xài các loại thuốc làm giảm sức miễn dịch (immunosuppresseur) như Cyclosporine sau khi dùng các loại thuốc ghép bone. Các loại thuốc corticostéroïdes (Prednisone, Decadron), các steroides anabolisants (Winstrol), Amiodarone (Cordarone), Methotrexate (Rheumatrex) và Ketocomazol (Nizoral). Phụ nữ đang mang thai không nên xài Echinacée. Những người nào đang mắc bệnh lao, hoặc các bệnh thuốc tự miễn (auto immune disease) như viêm khớp rheumathoid arthritis, systemic lupus erythomatosus cũng không nên sử dụng Echinacée. Chỉ nên uống trong vòng từ 7 đến 14 ngày mà thôi, không nên uống liên tục trong 8 tuần.

\* tỏi (Allium sativum, Garlic, Nectar of the Gods, Ail): Trừ cholesterol, tiêu cholesty, giúp làm giảm đường trong máu, giảm cholesterol, giảm áp huyết, ngăn ngừa tình trạng xơ cứng động mạch, ngừa các bệnh thuốc vôi, bệnh gan và tăng cường sức miễn dịch.

Thuốc tỏi có khuynh hướng làm máu loãng. Không nên xài thuốc tỏi cùng lúc với các thuốc kháng đông (anticoagulant) như Warfarin (Coumadin) hoặc với các thuốc có tính chống kết tụ tiểu cầu (antiplaquettaire) như Aspirine vì có nguy cơ biến xuất huyết. Đối với các thuốc trừ bệnh tiểu đường thông thường thì là thuốc giảm đường (hypoglycémiant), cũng không nên dùng chung với thuốc tỏi để tránh tình trạng đường huyết bị kéo xuống quá thấp.

\* Gừng (Gingembre, Ginger): Dùng trong trường hợp buồn nôn, say sóng (motion sickness) và ăn không ngon, mất đói...

Gừng kéo dài thời gian chảy máu. Tránh dùng gừng chung với các loại thuốc làm loãng máu như Aspirine, Coumadin. Lưu ý dùng gừng có thể ảnh hưởng đến các thuốc trừ bệnh tim và thuốc trừ tiểu đường.

\* Camomille (Tanacetum parthenium, Feverfew, Wild Chamomile): Trừ tình trạng căng thẳng, nhức đầu, phong thấp, đau khớp, chóng mặt, đau bụng lúc hành kinh...

Một khảo cứu của Nhật Bản đăng trong Journal of Agricultural and Food Chemistry 2008 cho biết

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguy&#n Ng&#c Lan và Bs Thú y Nguy&#n Th&#ng Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

u&#ng trà Chamomile r&#t t&#t, vì nó giúp &#c ch&# tác d&#ng c&# a 2 ch&#t Sorbitol và enzym ALR2. Chính n&#ng đ&# cao c&# a 2 ch&#t n&#y trong máu đã d&# ph&#n trong vi&#c gây bi&#n ch&#ng c&# a b&#nh diabetes type II.

Không nên u&#ng Camomille chung v&#i các thuốc kháng đông (anticoagulant) vì s&# d&# gây xu&#t huyết. Cũng không nên u&#ng chung v&#i thuốc ch&#ng đau nh&#c làm loãng máu thuốc nhóm anti inflammatoire non stéroïdien nh&# Tylenol, Aspirine, Ibuprofene (Advil, Motrin), Celebrex. Ph&# n&# đang mang thai tránh dùng Camomille vì có th&# làm t&# cung co th&#t. Không u&#ng chung v&#i thuốc kháng đông Coumadin. Camomille có ch&# a ch&#t chất tannin có th&# ngăn tr&# vi&#c h&#p th&# ch&#t s&#t.

\* Millepertuis (Hypericum perforatum, St John's Wort, Goatweed, Herbe de St Jean): Tr&# suy nh&#&#c tinh th&#n nh&#, lo âu, m&#t m&#i, ăn không bi&#t ngon, m&#t ng&# và đau nh&#c các b&#p c&#, tăng sinh l&#c, giúp &#n đ&#nh tâm tách trong th&#i gian ti&#n kinh nguyệt t...

U&#ng chung v&#i các thuốc tr&# sida, nh&# thuốc Indinavir, s&# làm gi&#m tác d&#ng c&# a lo&#i thuốc đi&#t siêu vi n&#y. Millepertuis cũng &#nh h&#&ng đ&#n tác d&#ng c&# a các thuốc tr&# kinh phong (antiépileptique), thuốc ng&#a thai, thuốc làm gi&#m s&#c mi&#n d&#ch, thuốc ch&#ng suy nh&#&#c tinh th&#n (Prozac, Paxil), thuốc ch&#ng k&#t t&# ti&#u c&#u (antiplatelets), thuốc kháng đông (Coumadin), thuốc ng&#a s&# lo&#i b&# b&# ph&#n ghép (Cyclosporine), thuốc ch&#ng siêu vi agents antirétroviraux (Invirase), thuốc tr&# b&#nh tim Digoxine (Lanoxin) và Théophylline.

\* B&#ch qu&# (Ginkgo biloba, Yinhsing, Fossil tree, Kew tree, Maiden hair tree): Giúp máu l&#u thông đ&#&#c d&# dàng, tr&# viêm ph&# qu&#n, x&# c&#ng đ&#ng m&#ch, cholesterol cao, b&#i d&#&ng trí nh&#, gi&#m tri&#u ch&#ng b&#nh lú l&#n Alzheimer, c&#i thi&#n tình tr&#ng chóng m&#t, giúp gan và túi m&#t ho&#t đ&#ng t&#t...

Có th&# làm xu&#t huyết n&#u xài chung v&#i thuốc kháng đông ho&#c thuốc làm máu loãng nh&# Aspirine, vitamin E, Plavix, Persantine và Ticlid. T&#p chí New England Journal of Medicine có đ&# c&#p đ&#n m&#t ca xu&#t huyết trong m&#t sau khi b&#nh nhân đã th&#&ng xuyên u&#ng Ginkgo biloba và Aspirin trong m&#t th&#i gian dài. Tránh xài Ginkgo biloba lúc mang thai và lúc cho con bú.

\* Nha Đam, Lô H&#i (Aloe vera): có tính nhu&#n tr&#&ng. Dùng tr&# u&#ng đ&# tr&# viêm, s&#t, ti&#u

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguy&#225;n Ng&#225;c Lan và Bs Thú y Nguy&#225;n Th&#225;ng Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

đ&#225;ng, hen suy&#225;n, đ&#225;ng... Dùng thoa ngoài da đ&#225; tr&#225; ph&#225;ng, làm lạnh v&#225;t th&#225;ng. Có nguy&#225;n h&#225;ng làm gi&#225;m ch&#225;t potassium trong máu (hypokali&#225;mie). C&#225;n th&#225;n v&#225;i các thu&#225;c làm h&#225;ng potassium ch&#225;ng h&#225;n nh&#225; Digitalis, Lanoxin cùng nh&#225;ng thu&#225;c l&#225;i ti&#225;u nh&#225;m Chlorothiazide (Diuril), Furosemide (Lasix)... s&#225; làm tr&#225;m tr&#225;ng h&#225;n s&#225;t m&#225;t potassium.

\* Sâm Cao ly (Panax ginseng): An th&#225;n, gi&#225;m stress, b&#225;i đ&#225;ng sinh l&#225;c, tăng s&#225;c mi&#225;n đ&#225;ch, gi&#225;m đ&#225;ng máu, gi&#225;m cholesterol và tr&#225; đ&#225;ng...

Dùng Ginseng chung v&#225;i thu&#225;c kháng đông có th&#225; gây xu&#225;t huyết. V&#225;i thu&#225;c tr&#225; suy nh&#225;ng tinh th&#225;n Phenelzine (Nardil) s&#225; gây nh&#225;c đ&#225;u, run r&#225;y. V&#225;i thu&#225;c tr&#225; b&#225;nh tim Digoxin (Lanoxin) s&#225; làm khó đo l&#225;ng hi&#225;u qu&#225; và tác đ&#225;ng c&#225;a món thu&#225;c n&#225;y. Cũng không nên u&#225;ng Ginseng n&#225;u đ&#225;ng tr&#225; li&#225;u b&#225;ng các thu&#225;c tâm th&#225;n (antipsychotiques) và thu&#225;c tr&#225; suy nh&#225;ng tinh th&#225;n hay tr&#225;m c&#225;m (antidépresseur). N&#225;u đ&#225;ng dùng thu&#225;c tr&#225; b&#225;nh ti&#225;u đ&#225;ng (Diabeta, Diamicron) thì cũng không nên dùng Ginseng cùng m&#225;t lúc vì đ&#225;ng l&#225;ng có th&#225; b&#225; kéo xu&#225;ng quá nhanh...L&#225;m đ&#225;ng Ginseng s&#225; có nguy&#225;n c&#225; làm tăng áp huyết, b&#225;n ch&#225;n, m&#225;t ng&#225;, b&#225; tiêu ch&#225;y ho&#225;c da n&#225;i đ&#225;.

\*Ephedra/Ephedrine (Ephedra sinica, Ma Huang, Sea Grape, Yellow Horse, Desert Herb): Tr&#225; suy&#225;n, tăng sinh l&#225;c và đ&#225; giúp làm gi&#225;m cân...

Có th&#225; đ&#225;n đ&#225;n nh&#225;ng ph&#225;n &#225;ng b&#225;t l&#225;i nh&#225;ng t&#225; th&#225;, áp huyết tăng cao gây h&#225;i cho tim.

S&#225; đ&#225;ng cùng lúc v&#225;i thu&#225;c thông mũi (décongestants) có ch&#225;a ch&#225;t Ephedrine nh&#225; Dristan, Sinutab, Sudafed, Actifed ho&#225;c v&#225;i các thu&#225;c có Caffeine, b&#225;nh nh&#225;n s&#225; b&#225; co gi&#225;t, hôn mê và có th&#225; b&#225; đ&#225;t qu&#225; tim. Không nên u&#225;ng Ephedra trong các tr&#225;ng h&#225;p sau đây: lúc mang thai, lúc cho con bú, khi có b&#225;nh ti&#225;u đ&#225;ng, đ&#225;ng b&#225; b&#225;nh tăng nhãn áp (glaucome) ho&#225;c đ&#225;ng b&#225; ch&#225;ng c&#225;ng giáp tr&#225;ng (hyperthyroidisme).

\* Sulfate de glucosamine: Tr&#225; đau nh&#225;c do thoái hóa kh&#225;p (arthrose), b&#225;o v&#225; s&#225;n kh&#225;p...

Có ng&#225;ng i cho r&#225;ng Glucosamine có tính làm tăng đ&#225;ng máu? N&#225;u dùng chung v&#225;i thu&#225;c Insuline có th&#225; s&#225; làm gi&#225;m tác đ&#225;ng c&#225;a thu&#225;c n&#225;y. V&#225;n đ&#225; trên cũng còn trong vòng tranh cãi

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguyễn Ngọc Lan và Bs Thú y Nguyễn Thành Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

giữa các nhà khoa học với nhau. Nên uống uống Glucosamine một tuần trước ngày đi thử máu để việc đo đường huyết chính xác hơn. Không xài Glucosamine nếu đang dùng thuốc kháng đông Warfarin (Coumadin). Các người nào dùng thuốc hay bị dị ứng với đậu nành thì không nên uống Glucosamine có hoặc không có phối hợp với Chondroitine vì cả hai chất này đều có nguồn gốc từ cá mập.

\* Dong Quai (*Angelica sinensis*, Ginseng pour femme) là một loại thảo dược còn gọi là Đẳng Quy: Trị mất kinh, đau bụng, đau lưng và giúp giảm thiểu các triệu chứng của tiền mãn kinh...

Không nên dùng Dong Quai lúc đang mang thai, hoặc lúc có kinh nguyệt quá nhiều. Nếu đang uống thuốc hạ huyết áp thì nên tránh vì Dong Quai có thể làm tăng huyết áp.

Với liều cao, Dong Quai làm tăng nhịp tim và làm tăng áp huyết.

\* Cam thảo (Régliše, *Glycyrrhiza glabra*, Licorice, Sweetwood): Trị đau dạ dày, loét bao tử, loét miệng, ho hen, phong thấp, v.v

Dùng cùng lúc với các thuốc lợi tiểu (diurétiques) có thể làm giảm chất potassium trong máu. Không nên uống cùng một lúc với thuốc trị bệnh tim như Lanoxin hoặc với các thuốc làm hạ áp huyết. Tránh dùng Régliše khi có thai, lúc bị tiểu đường, yếu gan, yếu thận hoặc đang bị các bệnh chức năng về tim mạch hoặc áp huyết cao.

\* Saw Palmetto (*Serenoa repens*, Cabbage Palm, Sabal, Dwarf Palm, Palmier Nain): Có tính lợi tiểu, và được dùng để trị các bệnh thuốc đường tiểu niều...

Saw Palmetto cũng được sử dụng để chữa trị chứng phì đại tuyến tiền liệt tuy nhiên bệnh phì đại tuyến tiền liệt (benign prostatic hypertrophy). Phấn nghiên cứu cho thấy là có thể làm giảm số lượng tinh trùng và gây nhức đầu. Nó cũng có thể làm thay đổi tác động của các thuốc ngừa thai và của các hormone trị liệu khác. Không nên dùng Saw Palmetto lúc mang thai hoặc trong thời gian cho con bú.

## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguyễn Ngọc Lan và Bs Thú y Nguyễn Thế Ngọc Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

\* Hawthorn (*Crataegus oxycantha*, Aubépine, Mayflower, Maybrush): Trùng hãm i hãm p, tim đập nhanh, lo âu mất ngủ, giảm các cơn đau thắt ngực bằng cách giảm áp huyết động mạch và giảm cholesterol trong máu...

Không nên uống cùng một lúc với các loại thuốc bênh tim như Digoxin (Lanoxin) vì nhịp tim có thể bị giảm nhiều.

\* Hà thảo ô (*Polygonum multiflorum*, *Radix Polygoni multiflori*, Chinese knotweed, Flowery knotweed, Ho shou wu, He shou wu, Zi shou wu, Shou Wu Pian, Fo ti): Rễ mọc bên Việt Nam và Bắc Mỹ. Theo Đông y, Hà thảo ô dùng để bồi dưỡng sức khỏe, giảm cho tóc và râu mọc đen lâu bền, bổ gan thận huyết, bổ xương, trẻ da...

Theo cơ quan y tế của Anh quốc Medicine&Health Care Products Regulatory Agency cho biết, có nhiều khả năng nói đến tác dụng độc hại của Hà thảo ô đối với gan như làm vàng da, vàng mắt, nước tiểu xậm màu, ói mửa, đau bụng, biếng ăn và làm cho yếu sức (Batinelli et al 2004, New case of acute hepatitis following consumption of Shou Wu Pian, Ann Inter Med 140:E589.

Park GJ et al ,Acute hepatitis induced by Shou Wu Pian=pubmed.

\* Nước bưởi (Jus de pamplemousse, grapefruit juice): Món giải khát bổ dưỡng cho nhiều sinh vật ...

Có thể tương tác với một số thuốc Tây rất nguy hiểm. Không uống nước bưởi cùng lúc với các thuốc trị cao huyết áp, thuốc hạ cholesterol, thuốc trị nấm, thuốc trị đau thắt ngực hoặc đi u hòa nhịp tim, các loại thuốc ngừa sởi, loại bỏ bệnh phẫn ghép, thuốc trị Sida, Viagra...

Health Canada has issued an advisory to alert Canadians about the risks of consuming grapefruit or its juice by people who are being treated for certain conditions. The reason for the advisory is that grapefruit juice can interact with some medications - either by increasing their levels or decreasing them. The interaction occurs because substances in grapefruit can interfere with the way your body absorbs and breaks down certain drugs. Higher-than-normal levels of medication can increase the risk of serious or even life-threatening side effects.



## Thuốc Thiên Nhiên & Thuốc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguyễn Ngọc Lan và Bs Thú y Nguyễn Thị Ngọc Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

Less-than-normal medication levels can result in reduced benefit from treatment and, in the case of anti-HIV medications, fewer future treatment options due to drug resistance

\* Nấm linh chi (*Ganoderma lucidum*, reishi, ling zhi, mannontake..): Giúp tăng sức miễn dịch, giảm huyết áp, giảm cholesterol, bệnh thận, bệnh gan, ngừa cancer, mất ngủ ...

Tương tác với các thuốc thiên nhiên có tính kháng đông hoặc làm loãng máu (panax ginseng, bạch quỳ, capsicum, camomile, celery, cam thảo, gừng, củ hành, tỏi...), có thể làm dịch huyết học hơn và gây xuất huyết. Số đông chung với các thuốc Tây có tính gây loãng máu hoặc chống kết tiểu cầu (antiplaquettaire) như Aspirin, Voltaren, Ibuprofen, Advil, Motrin, Naproxen, Heparin, Warfarin (Coumadin), nấm linh chi sẽ làm gia tăng tác dụng kháng đông và làm xuất huyết nhiều hơn. Đặc biệt với các thuốc giảm huyết áp như Catopril, Enalapril, Diltiazem, Amlodipine, nấm linh chi sẽ làm huyết áp tuột giảm nhanh hơn.

\* Kim Tỏi, Củ Gai, Milk Thistle (*Silibum marianum*, Chardon Marie): Dùng để bệnh gan, ngừa xơ gan, viêm gan mãn tính, ăn mất ngon, cancer tiểu đường, tiểu đường, trầm cảm, v.v...

Trên lý thuyết, có thể ức chế enzyme Cytochrome P450 2C9 substrates làm tăng nồng độ các thuốc Amitriptyline (Elavil), Warfarin (Coumadin), Diazepam (Valium)), và cũng làm ức chế enzyme nhóm Cytochrome P450 3A4 substrates làm tăng nồng độ Indavir thuốc trị Sida.

Củ Gai trên lý thuyết có thể làm hỏng đường huyết vì vậy nên cẩn thận nếu đang số đông cùng lúc các thuốc tiểu đường khi dùng đường huyết tuột giảm quá nhanh.

Củ Gai cũng có thể có tác dụng của hormon nữ estrogen vì lý do này nên tránh dùng Củ Gai nếu các bà các cô đang có nguy cơ bệnh lý liên hệ với estrogen như cancer vú, cancer buồng trứng, endometriosis, uterine fibroids.

Củ Gai có thể làm trầm trọng hơn sự hấp thụ sắt trong cơ thể đặc biệt nhất là ở gan trong các bệnh nhân đang mắc bệnh lý di truyền hemochromatosis (thăng dịch sắt trong gan và trong các bệnh khác của cơ thể).

\* Nghệ (Curcuma longa, turmeric, curcumin, Indian Saffron): Trĩ ăn khó tiêu, đau bụng, sinh hĩ, viêm gan, viêm thĩn, viêm cuĩng phĩi, vĩm thĩp khĩp, cĩm lĩnh, sĩt, mĩt kinh, nhĩc đĩu, làm lạnh vĩt thĩĩng, trĩm cĩm, cancer ruĩt giĩ...

Hoĩt chĩt cĩa nghệ là curcumin (diferuloylmethane), mĩt sĩc tĩ màu vàng có tác kháng viĩm, ngăn chĩn sĩ sinh sĩn tĩ bào ung thĩ bĩng cách ĩc chĩ sĩ phát triĩn mĩch máu nuĩi ung thĩ (angiogenesis). Nghệ có tính chĩng kĩt tĩ máu (antithrombotic), chĩng oxid hĩa (antioxidant). Không dùng chung nghệ vĩi các thuĩc thiên nhiên có tính làm chĩy máu nhĩ: dong quai, tĩi, bĩch quĩ, panax ginseng, cam thĩo, cĩ hành, chamomile...). Cũng không sĩ dĩng nghệ nĩu đang uĩng các loĩi thuĩc kháng đĩng hoĩc chĩng kĩt tĩ tiĩu cĩu (anticoagulant/antiplatelet) nhĩ aspirin, clopidogrel (Plavix), Heparin, ticlopidine (Ticlid), warfarin (Coumadin)...

Nghĩ là mĩt gia vĩ thĩy trong bĩt cà ri.

\* Riĩng (Alpinia officinarum, catarrh root, China root, chinese ginger, gao liang, India root, gargaut). FDA liĩt kê riĩng trong nhĩm Generally recognized as safe (GRAS). Hoĩt chĩt là gingerols và diaryheptanoids. Nghệ dùng nhĩ mĩt chĩt kích thích, sát khuĩn, bĩng đĩy hĩi, chĩng viĩm sĩng, chĩng co thĩt (antispasmodic), trĩ sĩt nĩng...

Riĩng cũng là mĩt gia vĩ rĩt phĩ thông. Riĩng có tính làm tăng sĩ tiĩt acid cĩa bao tĩ nên cĩn phĩi tránh sĩ dĩng riĩng trong lúc uĩng các loĩi thuĩc trĩ bĩnh bao tĩ thuĩc ba nhĩm sau đĩy:

- H2-blockers: cimetidine (Tagamet), ranitidine (Zantac), nizatidine (Axid), famotidine (Pepcid).

- Proton Pump Inhibitors: lansoprazole (Prevacid), esomeprazole (Nexium), pantoprazole (Pantoloc), omeprazole (Losec).

- Antacids: Maalox (hydroxide magnesium, aluminium), Milk of Magnesium, Pepto Bismol, Gaviscon (sodium alginate, aluminum hydroxide).

\* Rau Má (*Centella asiatica*, *Hydrocotyle asiatica*, Gotu kola...): Tăng trí não, giảm mất ngủ, viêm niêm mạc dạ dày, viêm khớp, đau bao tử, kinh phong, giúp vết thương mau lành... Với liều dùng cao có thể làm tăng huyết áp, tăng glucose, tăng triglyceride, tăng cholesterol và làm mờ (drowsiness), gây độc cho gan (hepatotoxicity).

Làm tăng tác dụng an thần (sedative) và buồn ngủ nếu dùng chung với thuốc thiên nhiên Capsicum, Siberian ginseng, Celery, Kava, St John's wort, Valerian, Calamus, Calendula.

\* Devil's claw (*Harpagophytum procumbens*, Griffes du diable, Grapple plant): Trị các chứng mất ngủ, viêm khớp, khớp gout, đau cơ, rối loạn tiêu hóa, nhức đầu, ăn không tiêu, vón đờ kinh nguyệt, dùng ngoài da trị các vết thương...

Giảm hiệu quả giảm đau của các thuốc kháng acid trừ bệnh đau bao tử như cimetidine (Tagamet), famotidine (Pepcid), pantoprazole (Pantoloc), esomeprazole (Nexium).

Không dùng chung với Warfarin sẽ gây chảy máu da purpura.

\* Nhung (Cervus Nippon, Antler velvet, Bois de velour, Lu Rong, Nokyon, corne servi parvum): Sản xuất tăng sinh cơ, bổ dưỡng, trị cao máu, giảm cholesterol, loãng xương, chống lão hóa, bổ xương, giảm viêm sưng...

Nhung có thể làm giảm tính dung nạp (tolerance) đối với thuốc giảm đau morphine liên tiếp. Trên lý thuyết, phụ nữ nên tránh xài nhung trong những ca đang hay dùng hormone estrogen như trong ca có bệnh sỏi gia đình và cancer vú và cancer cổ tử cung.

## Kết luận

...Thiên nhiên không phải là hoàn toàn vô hại

+ Collège des Médecins và Order des Pharmaciens du Québec khuyên chúng ta không nên sử dụng vitamins và khoáng chất quá liều, đừng bao giờ mua thuốc thiên nhiên mà nhãn hiệu không rõ ràng, và chỉ sử dụng thuốc thiên nhiên trong thời gian ngắn mà thôi (dưới 3 tháng) vì khoa học chưa biết những hậu quả lâu dài của món thuốc thiên nhiên đó ra sao.

+ Cần thận trọng với các lời quảng cáo chèn nhúng bèo đũa mồi chèn kẻ bèn, hoặc có thể ngả a đũa c bèn, hoặc h nói đây là mồi t loài thuốc nhiêm mồi u đã đũa c ngũa i Trung Hoa sử dụng từ c ngàn năm nay rồi. Nếu u hũa i ngũa i bán đó là chũ t thuốc gì, tên gì, mà hũa không chũa u nói, hoặc nói m a m , thì tũ t hũa hũa t là đũa ng nên mua.

+ Mỗi khi đi khám bèn, bèn c n phũa i nói rõ cho bác sĩ biết t n u bèn đang dùng loài thuốc thiên nhiên nào. Tũ t hũa hũa t là bèn nên hũa i ý kiến của bác sĩ và đũa c sĩ trong trũa ng hũa p bèn có ý đũa nh xài thuốc ngoũa i khoa.

+ Lời khuyên của nhà chuyên môn rũa t là c n thiũ t n u bèn đang thũa ng xuyên sử dụng các loài thuốc Tây nhũa : thuốc chũa ng đông máu, thuốc làm loãng máu, thuốc làm giảm đũa ng huyết, thuốc trũa bèn nh tim, lúc đang mang thai, lúc cho con bú, lúc bèn chuũa n bũa đũa đũa c giũa i phũa u, và cuũa i cùng nũa u bũa n lúc nào cũng cũa m thũa y cũa n phũa i sảng say chiũa u xũa n hũa t./.

### Tài liệu tham khảo:

- Santé Canada - Cadre réglementaire pour les produits de santé naturels: Aperçu(2004).

- Chevalier, A. Encyclopédie des plantes médicinales. Montréal, Sélection du Reader's Digest, 1997.

-The healing power of vitamins, minerals and herbs-the A-Z guide to enhancing your health and treating illness with nutritional supplement. Montreal, The Reader's Digest Association 1999.

## Thuoc Thiên Nhiên & Thuoc Tây

T&#225;c Gi&#7843;: Ds Nguy&#225;n Ng&#225;c Lan và Bs Thú y Nguy&#225;n Th&#225;ng Chánh  
Th&#7913; Ba, 31 Th&#225;ng 3 N&#259;m 2009 00:02

---

- Collège des Médecins du Québec et Ordre des Pharmaciens du Québec- Attention, Parlez-en avec votre Médecin ou votre Pharmacien.

-Natural Medicines Comprehensive Database - compiled by the Editors of Pharmacist's Letter and Prescriber's Letter, Sixth edition, 2004.

- Michael K. Ang Lee,MD et al. Herbal Medicines and Perioperative Care. JAMA 2001;  
286:208-216

-Bs Thu y Nguy&#225;n T Chánh & Ds Nguy&#225;n Ng&#225;c Lan. B&#228;nh Viêm Gan B-Hy V&#225;ng hay &#228;o V&#225;ng

- BS Thú y Nguy&#225;n T Chánh. Lang B&#228;m