

涓 杓漢兼姪邕 - 涓 洙鏃 工 逢 鑑 伴 掬 鏃 朵 簏 - 鎚 儿 棉 錦 冬 汉 紺 愼 施 浜 ゆ 侯 抗生素和酸奶不能同时吃

健康

浣漏

鎏賤戢浜庸細2009/08/10 17:49

有些人以为，服用抗生素会杀掉很多体内的有益菌，因此在吃药的同时喝瓶酸奶来补充益生菌。专家指出，这其实是一个误区：抗生素的作用是杀菌，而酸奶中的活性细菌会被抗生素杀死，所以吃抗生素一定要跟喝酸奶的时间错开。

北京朝阳医院主管药师冯文利指出，抗生素如果与含益生菌成分的药物同时使用，就会影响后者的疗效。因此两类药物的服用时间至少应间隔2小时以上。如今有些酸奶等奶制品中也含益生菌，为避免影响药物疗效，服用抗生素前后半小时左右也不宜食用含益生菌的食品。（杨凤立）