

Overzicht geneesmiddelen - voedingsstatus - suppletie

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingsstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
Analgetica (pijnstillers/ ontstekingsremmers)	Aspirine (acetylsalicylzuur)	Depletie vitamine C, foliumzuur, ijzer, kalium	Aspirine remt de intestinale absorptie van vitamine C, verhoogt het verbruik en stimuleert de renale excretie van vitamine C	Vitamine C beschermt de maagmucosa tegen beschadiging door aspirine Ondersteunt ontstekingsremming
	Corticosteroiden (bv. betamethason, dexamethason, methylprednisolon)	Depletie calcium, magnesium, kalium, zink, koper, chroom, selenium, vitamine C, vitamine D, foliumzuur, aminozuren	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit en verhoogde uitscheiding	Calcium en vitamine D remmen corticosteroiden geïnduceerde osteoporose
	Dexamethason	Zie hierboven	Zie hierboven	Vitamine B-complex versterkt de werking van dexamethason in het verminderen van neuropatische pijn
	NSAID's (Non- Steroidal Anti- Inflammatory Drugs), ibuprofen, diclofenac, meloxicam, naproxen	Verlaging van de absorptie van voedingsstoffen	Irritatie of beschadiging van het darmslijmvlies Verminderde eetlust door maagklachten	Darmftora versterken met een passend probioticum Voeding aanvullen met een passende multi Bij ondervoeding wei-eiwit, glutamine en visolie
Antibiotica	Aminoglycosides (bv. gentamicine, tobramycine) Tetracyclinederivaten (bv. tetracycline, doxycycline)	Depletie magnesium, calcium, kalium, vitamine K, B-vitaminen, biotine, ijzer Aantasting microbioom	Verminderde absorptie van nutriënten door mogelijke diarree Verminderde eetlust door verminderde reuk en smaak Door aantasting microbioom verminderde spijsvertering	Probiotica voorkomen verval van het microbioom en verminderen de kans op antibiotica-geassocieerde diarree Glutamine gecombineerd met wei-eiwitten vermindert irritatie van het darmslijmvlies Een passende multi vult deficiënties op microniveau aan Vitamine E beschermt tegen gehoorbeschadiging door gentamicine
	Penicillinederivaten (bv. Amoxicilline) Quinolonen (bv. Ciprofloxacin) Macrolides (bv. Erythromycine) Cephalosporinen	Depletie B-vitaminen, biotine Aantasting microbioom	Zie hierboven	Zie hierboven

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
Anticonceptie/ hormonale suppletie in (post) menopauze (oraal)	Bv. ethinylestradiol, evonorgestrel, desogestrel of combinaties daarvan	Depletie B-vitaminen, vitamine C, zink, magnesium, selenium, bètacaroteen, vitamine E, co-enzym Q10	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding	Voeding aanvullen met een passende multi en antioxidanten uit groente
Anticonvulsiva/ anti-epileptica	Bv. carbamazepine valproïnezuur, tegetrol, soniazide	Depletie biotine, foliumzuur, vitamine D, vitamine B, vitamine B ₆ , vitamine B ₁₂ , co-enzym Q10, vitamine K, calcium, L-carnitine	Carbamazepine verlaagt (evenals andere anticonvulsiva) de biotinestatus door (competitieve) remming van de absorptie en verhoging van de afbraak van biotine Langdurig gebruik van carbamazepine leidt vaak tot daling van de plasmabiotinespiegel met 50%; circa 80% van de mensen die carbamazepine gebruiken heeft een lage biotinestatus Mogelijk lage of eenzijdige voedselinname door misselijkheid en braken Depletie vitamine D en vitamine K omdat door enzyminductie de werking van deze vitaminen minder wordt	Voeding aanvullen met een passende multi, eventueel extra biotine Vitamine D-suppletie vermindert door anti-epileptica geïnduceerde osteopenie bij kinderen L-carnitine en N-acetyl-cysteïne beschermen de lever bij leverschade ten gevolge van carbamazepine- en valproïnezuurgebruik Aandacht voor de voorziening van calcium en ijzer in de voeding
Anticonvulsiva/ anaesthetica	Barbituraten (bv. fenobarbital)	Depletie foliumzuur, vitamine D, vitamine B ₁₂ , vitamine B ₁ , vitamine C, calcium	Barbituraten versnellen de afbraak van vitamine D Gelijktijdig gebruik met fenytoïne of barbituraten kan het effect van vitamine D ₃ verminderen ten gevolge van metabole inactivering	Voeding aanvullen met een passende multi
Antidepressiva	SSRI's (bv. fluoxetine)	Depletie natrium, melatonine, foliumzuur	SSRI's kunnen de melatoninespiegel verlagen, wat kan leiden tot slaapproblemen Misselijkheid en braken Verhoogde behoefte aan foliumzuur	Voeding aanvullen met een passende multi Een lage foliumzuurstatus is geassocieerd met depressie en een verminderde klinische respons op SSRI's Uit onderzoek is gebleken dat foliumzuursuppletie de antidepressieve werking van de SSRI fluoxetine versterkt en de kans op recidivering van de depressie verlaagt
	Tricyclische- antidepressiva (bv. maprotiline, mirtazapine)	Depletie vitamine B ₁ , vitamine B ₂ , vitamine B ₆ , foliumzuur, co-enzym Q10	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding van nutriënten Misselijkheid en braken Diarree, verminderde speekselproductie	Voeding aanvullen met een passende multi Spijvertering verbeteren met enzympreparaat

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
Antihypertensiva	ACE-remmers (bv. captopril, lisinopril, quinapril)	Depletie natrium	Verhoogde uitscheiding van natrium geeft kans op hyperkaliëmie Mogelijke verandering in zinkmetabolisme Mogelijk verminderde ruik en smaak waardoor eetlust beïnvloed wordt	Visolie verhoogt het cardioprotectieve effect van catopril Bij slechte eetlust voeding aanvullen met een passende multi
	Bètablokkers	Depletie co-enzym Q10, melatonine	Mogelijk verlaagde synthese melatonine en co-enzym Q10	Co-enzym Q10 verlaagt de bloeddruk en versterkt, in combinatie met bètablokkers, de bloeddrukverlagende werking van deze medicijnen Dit synergetische effect heeft vermoedelijk deels te maken met het opheffen van een co-enzym Q10-tekort, geïnduceerd door bètablokkers Synergie bij migraineprofylaxe door extra vitamine B ₂
	Calcium-antagonisten (bv. verapamil, benzothiazepine, diltiazem)	Depletie kalium, melatonine, co-enzym Q10, vitamine D	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding van nutriënten	Voeding aanvullen met een passende multi en co-enzym Q10
	Sotalol (bètablokker)	Zie hierboven	Zie hierboven	Magnesium gaat hartritmestoornissen door solatol tegen
	Vaatverwijderaars (bv. hydralazine)	Vitamine B ₆ , co-enzym Q10, magnesium	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding van nutriënten	Voeding aanvullen met een passende multi en co-enzym Q10
Antihistaminica	Bv. terfenadine, cetirizine	Lage of eenzijdige voedselinname	Verminderde speekselproductie	Voeding aanvullen met een passende multi Spijvertering verbeteren met enzympreparaat
Antipsychotica	Bv. haloperidol, risperidon	Lage of eenzijdige voedselinname	Verminderde speekselproductie Misselijkheid en braken	Voeding aanvullen met een passende multi Spijvertering verbeteren met enzympreparaat
Anti-arythmicum (hartglycosoden)	Digoxine	Depletie calcium, magnesium, vitamine B ₁ , kalium	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding	Voeding aanvullen met een passende multi Aandacht voor de voorziening van mineralen in de voeding
Anxiolytica	Benzodiazepines (bv. temazepam, oxazepam)	Depletie melatonine	Verminderde speekselproductie	Voeding aanvullen met een passende multi Spijvertering verbeteren met enzympreparaat L-tryptofaan bevordert aanmaak van melatonine bij slaapstoornissen

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
Anti-jicht	Colchicine	Lage of eenzijdige voedselinname	Verminderde eetlust Irritatie of beschadiging van het darmslijmvlies Verlaging van de absorptie van voedingsstoffen Verminderde speekselproductie	Voeding aanvullen met een passende multi Bij ondervoeding wei-eiwit, glutamine en visolie Spijvertering verbeteren met enzympreparaat
Bloedglucose-verlagende middelen (oraal)	Biguanides (metformine)	Depletie vitamine B ₁₂ , foliumzuur	Remmen van vitamine B ₁₂ en foliumzuuropname	Depletie van vitamine B ₁₂ en foliumzuur kan leiden tot verhoging van homocysteïne, wat een risicofactor is voor hart- en vaatziekten. Suppletie van B-vitaminen B ₆ , B ₁₁ en B ₁₂ verbetert verhoogde homocysteïne-niveaus gedurende gebruik van metformine Suppletie met calcium kon in onderzoek afname van de vitamine B ₁₂ -opname door metformine voorkomen Een passende multi met voldoende B-vitaminen voorkomt verhoging van de homocysteïnespiegel ten gevolge van metforminegebruik
	Sulfonylurea (bv. glimepiride, glibenclamide, gliclazide)	Depletie co-enzym Q10, aminozuren	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding van nutriënten	Voeding aanvullen met een passende multi en co-enzym Q10
Cholesterol-verlagers/ lipidenverlagende middelen	Fibraten (bv. bezafibraat, gemfibrozil, ciprofibraat)	Depletie co-enzym Q10, vitamine E	Verminderde absorptie, verlaagde bioactiviteit of verhoogde uitscheiding	Voeding aanvullen met co-enzym Q10 en vitamine E Visolie versterkt de cardioprotectieve eigenschappen van fibraten
	Statines (bv. atorvastatine, fluvastatine, pravastatine, rosuvastatine, simvastatine)	Depletie co-enzym Q10	Statines remmen de activiteit van het enzym HMG CoA reductase wat betrokken is bij de aanmaak van co-enzym Q10 in het lichaam	Co-enzym Q10 aanvullen Visolie ondersteunt de statines bij verbeteren bloedlipiden Niacine verhoogt het HDL-cholesterol, verlaagt de LDL-spiegels en heeft een additieve werking bij verbeteren bloedlipiden
Coumarine-derivaten	Bv. fenprocoumon, acenocoumarol	Depletie vitamine K	Tegenwerking van vitamine K (antagonist)	Voeding aanvullen met een passende multi

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
Cytostatica	Cytostatica in het algemeen	Lage of eenzijdige voedselinname Verlaging van de absorptie van voedingsstoffen	Misselijkheid en braken Diarree Irritatie of beschadiging van het darmslijmvlies Verminderde speekselproductie	Voeding aanvullen met een passende multi Bij ondervoeding wei-eiwit, glutamine en visolie Spijvertering verbeteren met enzympreparaat
	Adriamycine	Depletie magnesium, kalium	Zie hierboven	L-carnitine gaat cardiotoxiciteit door adriamycine tegen
	Cisplatine	Zie hierboven	Zie hierboven	Vitamine E beschermt mogelijk tegen gehoorbeschadiging door cisplatine Aandacht voor de voorziening van magnesium en kalium in de voeding
	Paclitaxel	Zie hierboven	Zie hierboven	Vitamine E beschermt tegen perifere neuropathie door paclitaxel
Cytostaticum & anti-rheumaticum	Methotrexaat	Zie hierboven	Verhindert de reductie van dihydrofoliumzuur tot het tetrahydrofoliumzuur, een essentiële stap bij de synthese van nucleïnezuren en bij de celdeling	Foliumzuur vermindert de bijwerkingen van methotrexaat, zoals misselijkheid en braken Voeding aanvullen met een passende multi
Diuretica	Kaliumsparende diuretica (bv. triamteren, amiloride, spironolacton)	Depletie foliumzuur, ijzer, vitamine C, calcium	Verhoogde uitscheiding van nutriënten Remming van het enzym dihydrofolaatreductase dat zorgt voor activering van foliumzuur	Voeding aanvullen met een passende multi
	Lisdiuretica (bv. bumetanide, furosemide)	Depletie kalium, magnesium, natrium, zink, calcium, vitamine B ₁ , vitamine B ₆ , foliumzuur, vitamine C	Verhoogde behoefte en uitscheiding van nutriënten	Voeding aanvullen met een passende multi en passende mineralenformule
	Thiazidediuretica (bv. chloorthiazide)	Lage of eenzijdige voedselinname Depletie kalium, magnesium, natrium, zink, calcium, vitamine B ₁ , vitamine B ₆ , foliumzuur, vitamine C	Verminderde eetlust Verminderde speekselproductie Diuretica verhogen de uitscheiding van vocht en verscheidene mineralen met de urine wat kan leiden tot mineralentekorten, vooral bij ouderen Let wel, kaliumsparende diuretica verminderen de uitscheiding van kalium, magnesium en zink; thiazidediuretica verlagen de uitscheiding van calcium	Voeding aanvullen met een passende multi en passende mineralenformule Spijvertering verbeteren met enzympreparaat

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
HIV-remmers	Bv. indinavir	Lage of eenzijdige voedselinname Verlaging van de absorptie van voedingsstoffen	Misselijkheid en braken Verminderde eetlust Diarree	Voeding aanvullen met een passende multi Bij ondervoeding wei-eiwit, glutamine en visolie
IJzerpreparaten	Bv. ferrochloride, ferrosulfaat, ferrofumaraat			Opname ijzer en kwaliteit rode bloedlichaampjes wordt versterkt door vitamine C, foliumzuur en vitamine B ₁₂ IJzerbisglycinaat is een vorm van ijzer die geen obstipatie veroorzaakt
Maagzuurbinders en maagzuurremmers	Antocido (bv. algeldraat, aluminiumhydroxide, magnesiumcarbonaat)	Depletie foliumzuur, koper, chroom, magnesium, zink, ijzer, vitamine B ₁ , vitamine B ₂ , vitamine B ₁₂ Aantasting microbioom	Verandering van de zuurgraad in de maag met verminderde absorptie tot gevolg	Voeding aanvullen met een passende multi en passende mineralenformule Microbioom versterken met een passend probioticum
	H ₂ -receptor antagonisten (bv. cimetidine, ranitidine, famotidine)	Depletie foliumzuur, vitamine B ₁₂ , vitamine D, ijzer, zink, calcium, aminozuren, co-enzym Q10 Aantasting microbioom	Remt de hydroxylering van vitamine D in de lever Remt absorptie vitamine B ₁₂	Voeding aanvullen met een passende multi en passende mineralenformule Microbioom versterken met een passend probioticum
	Protonpompremmers (bv. omeprazol)	Depletie vitamine C, vitamine B ₁₂ , bètacaroteen, co-enzym Q10 Aantasting microbioom	Verandering van de zuurgraad in de maag met verminderende absorptie tot gevolg Verminderde absorptie van vitamine B ₁₂ tijdens gebruik van protonpompremmers wordt vooral veroorzaakt door sterke zuurremming. Hierdoor wordt cobalamine onvoldoende vrijgemaakt uit de normale eiwitbinding Vervolgens kan vitamine B ₁₂ niet via het zogenaamde R-proteïne aan de intrinsieke factor worden gekoppeld, waardoor absorptie in het ileum vermindert	Voeding aanvullen met een passende multi Bij langdurig gebruik van protonpompremmers of een lage B ₁₂ status tijdelijk vitamine B ₁₂ extra suppleren naast een multi Microbioom versterken met een passend probioticum
Parkinsonmidelen	L-dopa	Depletie vitamine B ₆ Lage of eenzijdige voedselinname	Tegenwerking van vitamine B ₆ (antagonist) Verminderde speekselproductie	Voeding aanvullen met een passende multi
Spasmolytica	Bv. Butylscopolomine	Lage of eenzijdige voedselinname	Verminderde speekselproductie, met klachten als een droge mond, een branderig gevoel op de tong, een droog en plakkerig gevoel in de mond en keel, gebarsten lippen, minder smaakgevoel, zweertjes in de mond en moeite met slikken en kauwen	Voeding aanvullen met een passende multi Spijvertering verbeteren met enzympreparaat

Groep	Geneesmiddel	Mogelijk effect op de voedingstatus	Oorzaak	Suppletiemogelijkheden
Sympathico-mimetica	Atomoxetine (tegen ADHD)	Lage of eenzijdige voedselinname	Misselijkheid en braken Verminderde eetlust	Voeding aanvullen met een passende multi Bij ondervoeding wei-eiwit, glutamine en visolie
Tuberculostaticum	Isoniazide	Depletie calcium, vitamine B ₃ , vitamine B ₆ , vitamine K, vitamine D Aantasting microbioom	Remming omzetting van tryptofaan in niacine en kan bij een lage inname van vitamine B ₃ met de voeding een vitamine B ₃ -tekort veroorzaken Isoniazide verhoogt de renale uitscheiding van vitamine B ₆ door complexvorming met de vitamine	Voeding aanvullen met een passende multi
Xanthinederivaten	Theofylline	Kalium, vitamine B ₆ , magnesium	Verlaagde bioactiviteit van vitamine B ₆ Verhoogde uitscheiding magnesium	Voeding aanvullen met een passende multi