

المضادات الحيوية في شهر رمضان

د. أبرار خالد ثابت

2024-04-02

تعد المضادات الحيوية أحد أهم المجموعات الدوائية والتي يتم صرفها لفترات علاجية قصيرة تمتد إلى أيام أو أسابيع، ونادراً ما تمتد إلى أشهر في حالات الأمراض المعدية المستعصية أو العميقة (مثل إصابات نخاع العظم وصمامات القلب). تتوفر العديد من المضادات الحيوية على شكل مستحضرات يمكن تناولها بالفم، مثل الأقراص والكبسولات والمحاليل والمعلّقات.

منظمة المجتمع العلمي العربي

توقيت تناول المضادات الحيوية مع الصيام

يختلف توقيت تناول المضادات الحيوية المختلفة خلال اليوم حسب حركيتها في الجسم (أي مدى بقائها في جسم الإنسان قبل أن يتم التخلص منها عبر الأيض في الكبد و/أو عبر الإخراج من الكلى)، وحسب طول مدة تأثيرها على تثبيط نمو البكتيريا أو قتلها. وبالتالي فإن المضادات الحيوية ذات التأثير الممتد والتي تبقى مدة أطول في جسم الإنسان يتم تناولها على شكل جرعة واحدة في اليوم. على الصعيد المقابل فإن المضادات ذات التأثير القصير يتم تناولها عدة مرات في اليوم (مرة كل 6 أو 8 أو 12 ساعة). يتم تحديد توقيت تناول المضاد الحيوي عبر دراسات مخبرية وحيوانية يتم فيها قياس نمو البكتيريا على فترات مختلفة لتحديد موعد تناول الجرعة التالية من الدواء خلال الأربع وعشرين ساعة من دورة اليوم، بحيث يتم قياس عدد البكتيريا عبر استنباتها في مزرعة قبل جرعة الدواء ومن ثم قياس عددها على فترات محددة كل عدة ساعات بعد إعطاء الجرعة. يتم تحديد الساعة التي تبدأ فيها البكتيريا بالنمو من جديد كموعده للجرعة التالية. فإذا عادت البكتيريا للنمو بعد 8 ساعات على سبيل المثال فإن توقيت تناول المضاد الحيوي يكون كل 8 ساعات.

من المهم جداً معرفة أن تناول المضادات الحيوية يجب أن يكون في الوقت المحدد تماماً خلال اليوم وكل يوم، وذلك لأن فعاليتها تعتمد على تفاعلها مع كائنات حية مثل البكتيريا والفطريات وليس مع الجسم كما هو الحال مع الأدوية الأخرى. وبالتالي فإن موعد تناولها يجب أن يكون مطابقاً لما هو منصوص به من الشركة المصنعة لها. لذلك فإن التعليمات التي ينبغي إعطاؤها

للمريض فيما يخص مواعيد تناول المضاد الحيوي يجب أن تعتمد على الساعات التي تفصل بين الجرعات وليس على عدد مرات تناوله باليوم. على سبيل المثال إذا تم صرف مضاد حيوي يتم تناوله على جرعتين يومياً فإن التعليمات يجب أن تتضمن لزوم تناوله "كل 12 ساعة" بدلاً من "مرتين في اليوم"، حيث أنه في الحالة الأخيرة قد يهتم المريض بتحقيق تناوله مرتين في اليوم، ولكن بدون الاهتمام بعدد الساعات التي تفصل بين الجرعتين.

تمتد فترة الإمساك خلال شهر رمضان المبارك لعدة ساعات في اليوم، مما قد يؤثر على مواعيد تناول المضادات الحيوية في رمضان حسب جدول مواعيد تناولها اليومية وحسب مدة الفترة المسائية من وقت الإفطار وحتى أذان الفجر والتي تختلف بين دولة وأخرى وتختلف حسب التقويم الشمسي. فيما يلي جدول مقترح لكيفية جدولة مواعيد تناول المضادات الحيوية خلال شهر رمضان حسب عدد الجرعات الموصوفة في اليوم الواحد والذي يمكن للممارسين الصحيين مشاركته مع مرضاهم.

مأكولات أو مشروبات رمضان قد تتعارض مع بعض المضادات الحيوية

تعد التعارضات الدوائية من النقاط المهمة التي ينبغي إبلاغها للمريض في حال إعطائه دواء يتفاعل مع أدوية أخرى يتناولها أو مع أطعمة معينة. وفي هذا السياق فإن بعض مجموعات المضادات الحيوية، وبشكل أخص الفلوروكينولونات والتتراسكليتات، تتعارض مع مشتقات الحليب والألبان لاحتوائها على معادن مثل الكالسيوم والحديد، حيث أن هذه المعادن ترتبط مع هذه المضادات

الحيوية في أمعاء وبالتالي تمنع امتصاصها. قد يؤدي هذا التفاعل إلى عدم حصول الفائدة المرجوة من تناول المضاد الحيوي وبالتالي تفاقم المرض المعدي وعدم علاجه.

هناك بعض المشروبات والأطعمة التي يشتهر تناولها خلال شهر رمضان المبارك والتي تحتوي على مشتقات الحليب والألبان، وبالتالي ينبغي تعليم المرضى الموصوف لهم مضادات حيوية تتعارض مع المعادن الموجودة في هذه المنتجات بتناول جرعة المضاد الحيوي 4-6 ساعات بعد تناول مشتق الحليب أو ساعتين قبل تناوله. يوضح الجدول التالي المضادات الحيوية التي تتعارض مع

عدد الجرعات في اليوم الواحد	تعليمات تناول الجرعات
مرة واحدة في اليوم (كل ٢٤ ساعة)	تناوله في أي وقت بين الإفطار والسحور. * إذا كان يلزم تناوله على معدة خالية فيمكن تناوله بعد ٢-٤ ساعات بعد الإفطار (بعد صلاة التراويح مثلاً).
مرتين في اليوم (كل ١٢ ساعة)	حسب فاصل الوقت بين الإفطار والإمساك. • ١٠-١٢ ساعة: تناول حبة عند الإفطار وجبة قبل الإمساك. • أقل من ١٠ ساعات: يُنصح المريض بعدم الصيام لتناول المضاد الحيوي في مواعيدده كل ١٢ ساعة.
٣-٤ مرات في اليوم (كل ٨-٦ ساعات)	يُنصح المريض بعدم الصيام لتناول المضاد الحيوي في مواعيدده.

مشتقات الحليب مع بعض الأمثلة لبعض المشروبات والمأكولات التي تشتهر خلال شهر رمضان المبارك.

تم ذكر الأسماء العلمية للمضادات الحيوية حيث أن الأسماء التجارية لكل مضاد حيوي متعددة وتختلف حسب الشركات المصنعة لها في كل دولة.

يجب شرب الكثير من الماء مع هذا المضاد الحيوي

يعد المضاد الحيوي ترايميثوبريم/سلفاميثوكسازول والمعروف كذلك باسم كوترأيموكسازول-Co

أسماء المضاد الحيوي (الاسم العلمي)*	أمثلة على مشروبات ومأكولات رمضان تحتوي على مشتقات الحليب
مجموعة الفلوروكينولونات:	• اللبن الرائب
• سيفروفلوكساسين Ciprofloxacin	• لبن عيران
• ليفوفلوكساسين Levofloxacin	• لبن الزبادي
• موكسيفلوكساسين Moxifloxacin	• القشطة (في حال تناولها مع النمر)
مجموعة التتراسيكلينات:	• الحلويات العربية المحتوية على القشطة أو الجبن، مثل الكفاية والقطائف وحلاوة الجبن
• دوكسيسبكتين Doxycycline	• أم علي
• مينوسبكتين Minocycline	• المهلبية

trimoxazole من المضادات الحيوية الفعالة للعديد من الأمراض المعدية، مثل التهاب المسالك البولية وبعض أنواع العدوى الجلدية. أحد أشهر الآثار الجانبية لهذا المضاد الحيوي والذي يمكن تجنبه هو تجمع وترسب الأملاح في الكلى مما قد يؤدي إلى تكوّن حصوات فيها. وقد نشر عدة باحثين حالات لمرضى أصيبوا بهذا الأثر الجانبي بعد تناولهم لهذا المضاد الحيوي. يمكن تجنب حدوث هذا الأثر الجانبي عبر الإكثار من شرب الماء وذلك لزيادة تدفق الماء عبر الكلى وبالتالي غسلها من أية أملاح ومنعها من الترسّب. لذلك يُنصح المرضى المتناولين لهذا المضاد الحيوي وخاصة خلال شهر رمضان بشرب الماء بكميات كبيرة عند الإفطار وذلك لمرور مدة طويلة من الإمساك دون شربه، وكذلك خلال الفترة المسائية وعند السحور وقبل الإمساك عند حلول موعد أذان الفجر.

وقد ذكر الدكتور محمد زين العابدين في مقالة تحدث فيها عن شرب الماء بين الإفطار والسحور أهمية تناول الماء خلال هذه الفترة والطريقة الصحيحة لشربه والكميات التي ينصح بها حسب العمر. وقد نصح في هذه المقالة البالغين بتناول ما لا يقل عن 1.5-2 لتر من الماء وهو ما يعادل 8 أكواب من الماء، وقد يزداد الاحتياج في الطقس الحار كما هو الحال في العديد من الدول العربية.

المراجع:

1. [Li RC, Zhu M, Schentag JJ. Achieving an optimal outcome in the treatment of infections. The role of clinical pharmacokinetics and pharmacodynamics of antimicrobials. Clin Pharmacokinet. 1999; 37\(1\): 1-16.](#)

2. [Pitman, Hoang, WL, Alsheikh, Hiner, Percival. Revisiting oral fluoroquinolone and multivalent cation drug-drug interactions: are they still relevant? Antibiotics. 2019; 8\(3\):108.](#)
3. [Guerra W, Silva-Caldeira PP, Terenzi H, Pereira-Maia EC. Impact of metal coordination on the antibiotic and non-antibiotic activities of tetracycline-based drugs. Coordination Chemistry Reviews. 2016;327-328:188-199.](#)
4. [Product Information: BACTRIM TM. Sulfamethoxazole and trimethoprim tablets. Pfizer, Inc., New York, NY, USA. 2018.](#)
5. [Roedel MM, Nakada SY, Penniston KL. Sulfamethoxazole-induced sulfamethoxazole urolithiasis: a case report. BMC Urol. 2021;21\(1\):133.](#)
6. [Shrishrimal K, Wesson J. Sulfamethoxazole crystalluria. Am J Kidney Dis. 2011;58\(3\):492-493.](#)

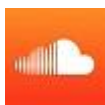
7. [د. محمد الصوفي زين العابدين. شرب الماء بين الإفطار والسحور. موقع منظمة المجتمع العلمي العربي.](#)

تواصل مع الكاتب: akthabit@kau.edu.sa

الآراء الواردة في هذا المقال هي آراء المؤلفين وليست، بالضرورة، آراء منظمة المجتمع العلمي العربي

يسعدنا أن تشاركونا آرائكم وتعليقاتكم حول هذه المقالة عبر التعليقات المباشرة بالأسفل أو عبر وسائل التواصل الاجتماعي الخاصة بالمنظمة

[Arab](#)



[Scientific Community Organization \(ARSCO\) · arsko-ai.org](https://arsco-ai.org)