

<p>AJO</p> <ul style="list-style-type: none"> Vasodil periférico, antihipertensivo, hipolipemiente, antiagr plaqu antifúngico y vermífugo 	<ul style="list-style-type: none"> Anticoagulantes orales, heparina y antiagregantes plaquetarios: potencia el efecto, riesgo de hemorragia. Antihipertensivos: potenciación de la acción. Hipocolesterolemiantes: potenciación de la acción. Antidiabéticos orales e insulina: potenciación de la acción hipoglucemiante. Paracetamol: cambios en la farmacocinética de este medicamento. Antirretrovirales (amprenavir y siquinavir): disminución de las concentraciones, con riesgo de fallo en el tratamiento.
<p>SAN JUAN / HIPÉRICO</p> <ul style="list-style-type: none"> Antidepresivos, ansiolíticos e hipnóticos. Inducción enzimática de citocromo P450, P3A4, P1A2 y P2C9. Efecto inductor glucoproteína P 	<ul style="list-style-type: none"> Tranquilizantes (alprazolam): disminución de niveles y vida media del medicamento. Anticoagulantes orales: disminución del efecto Antidepresivos tricíclicos (amitriptilina). Ciclosporina. inmunosupresor Digoxina: disminución de la acción, con riesgo de insuficiencia cardíaca. Teofilina: reducción de los niveles plasmáticos. Anticonvulsivantes: carbamazepina. Anticonceptivos orales: riesgo de fallo en la acción farmacológica. <p>REACCIONES ADVERSAS</p> <ul style="list-style-type: none"> IMAO: hipertensión y arritmias en pacientes predispuestos. Antibióticos y antifúngicos que incrementan la fotosensibilización: aumento de la acción fotosensibilizante. Antidepresivos IRS (fluoxetina y paroxetina): efecto inductor enzimático, riesgo de síndrome serotoninérgico.
<p>ESPIÑO ALBAR</p> <ul style="list-style-type: none"> Cardiotónica, antianginosa, antiarrítmica e hipnótica 	<ul style="list-style-type: none"> Digoxina: aumento del riesgo de toxicidad cardíaca. Betabloqueantes (propranolol): posible efecto sinérgico. Diuréticos de alto techo: debido a la pérdida de potasio que provocan, potencian la acción del espino albar. Tranquilizantes, anticonvulsivantes y antihistamínicos: efecto sinérgico x su efecto hipnótico.
<p>EQUINACEA</p> <ul style="list-style-type: none"> externo antiinflamatorias. interna, inmunomoduladoras y antivirales. inductora metabólica moderada sobre el CYP3A4. 	<ul style="list-style-type: none"> Inmunosupresores (ciclosporina): antagonismo funcional Fármacos hepatotóxicos: aumento de la acción hepatotóxica. Antidiabéticos orales e insulina: posible aumento de la acción hipoglucemiante.
<p>GINKGO</p> <ul style="list-style-type: none"> vasodilatadora periférica, antiagregante plaquetario, vasoprotectora, neuroprotectora y antioxidante. 	<ul style="list-style-type: none"> AINE: aumento del riesgo de hemorragia. Anticoagulantes orales, antiagregantes plaquetarios y heparina. Aumento de la acción anticoagulante.
<p>REGALIZ</p> <ul style="list-style-type: none"> Acción antiúlceras péptica, antiinflamatoria expectorante. estructura similar a la aldosterona. Causa pseudohiperaldosteronismo, con hipopotasemia y retención de sodio. 	<ul style="list-style-type: none"> Anticonceptivos orales: hipertensión, edema e hipopotasemia. Antihipertensivos: disminución del efecto x retención de sodio. Corticoides: efecto sinérgico. Digoxina: aumento de la toxicidad del fármaco motivado por la situación de hipopotasemia. Laxantes: incremento de la pérdida de potasio.
<p>MANZANILLA</p> <ul style="list-style-type: none"> antiinflamatoria tópica, ansiolítica, antiúlceras péptica y antiespasmódica. 	<ul style="list-style-type: none"> Anticoagulantes orales: contiene cumarina, potenciando la acción de estos medicamentos. Tranquilizantes (benzodiazepinas y antihistamínicos): aumento de la acción sedante. Hierro: el elevado contenido en taninos disminuye la absorción de hierro.
<p>GINSENG</p> <ul style="list-style-type: none"> Estimulante del sistema nervioso central, con hipoglucemiante e hipolipemiente Produce inducción e inhibición enzimática, y afecta a la coagulación. Estrogénico 	<ul style="list-style-type: none"> Alcohol: se han registrado casos de disminución de la concentración de etanol sanguíneo al consumirse con ginseng. Anticoagulantes orales: aumento del riesgo de hemorragias. Digoxina: aumento de los niveles de digoxina. Antihipertensivos calcioantagonistas (diltiazem y verapamilo): disminución de la acción. Antidiabéticos orales: aumento de la acción de estos medicamentos, que pueden necesitar ajuste de dosis. IMAO: potenciación de la acción. Estrógenos: el ginseng presenta efectos estrogénicos, que se pueden sumar al medicamento.
<p>TRANQUILIZANTES</p> <ul style="list-style-type: none"> sedante e hipnótica, 	<p>producen efecto sinérgico de benzodiazepinas, barbitúricos, anticonvulsivantes y antihistamínicos. Es frecuente la toma conjunta busca efecto sinérgico. La pasiflora presenta efecto IMAO moderado</p>
<p>LAXANTES</p> <p>laxantes antraquinónicos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Antiarrítmicos: potenciación de la acción. Digoxina: aumento de la toxicidad. Diuréticos y corticoides: aumento de pérdida de potasio. Estrógenos: disminución de los niveles séricos de estrógenos.
<p>TE VERDE</p> <p>antioxidantes y propiedades antimicrobianas, antiateromatosas y antineoplásicas.</p> <p>inhibidores del citocromo P450, familias 1A1 y 1A2.</p> <p>sustratos de las reacciones de conjugación de fase II.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Hierro: disminución de la biodisponibilidad del mineral. Corticosteroides tópicos: aumentan la acción antiinflamatoria tópica de estas cremas utilizadas en dermatitis o eczemas. Antibióticos derivados de penicilinas: aumento de la acción antimicrobiana.
<p>MELATONINA</p> <p>hormona aminoacídica secretada por la glándula pineal</p>	<ul style="list-style-type: none"> Benzodiazepinas: disminución de la secreción de melatonina. Betabloqueantes: Inducen disminución de secreción Antineoplásicos (cisplatino): en dosis elevadas disminuye los efectos adversos. Mirtazapina (antidepresivo): incrementa la secreción d puede llevar a dosis excesivas de la hormona. Piridoxina: su déficit altera la ruta de síntesis triptófano-serotonina- melatonina, provocando déficit. Valeriana y pasiflora + melatonina: aumento de su efecto hipnótico. se busca intencionalmente.
<p>OMEGA 3</p> <p>Sistemas inmunitario,</p> <p>cardiovascular</p> <p>sistema nervioso central.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Personas alérgicas al pescado o las nueces fenómenos alérgicos tras ingerir omega-3. evitar el aceite de linaza en embarazo y la lactancia, por su efecto estrogénico. Antihipertensivos IECA (enalaprilol, captoprilol, etc.): el uso conjunto disminuye la aparición de problemas renales por hipertensión. modulación de la inflamación renal (nefropatía mediada por IgA) Antineoplásicos: disminución de los efectos adversos. Estatinas hipolipemiantes (simvastatina y atorvastatina): potenciación del efecto. Anticoagulantes orales: aumento de la acción. Heparina: aumento de la acción anticoagulante. Vitamina E: el consumo elevado de omega-3 incrementa las necesidades de vitamina E. Déficit de piridoxina o/y hierro: produce alteración de estas vías metabólicas. de los ácidos grasos poliinsaturados.
<p>L- CARNITINA Aminoácido no esencial</p> <p>Transportador de ácidos grasos a mitocondria.</p> <p>altas para el tratamientos como alzhéimer, angina de pecho, anorexia, etc</p>	<ul style="list-style-type: none"> La L-carnitina disminuye la cardiotoxicidad de antineoplásicos como la doxorubicina. Disminuye los efectos adversos de derivados de la vitamina A como la isotretinoína (antiacneico). La L-carnitina disminuye la acción de las hormonas tiroideas. Nitroglicerina más L-carnitina: interacción positiva; aumenta el efecto antianginoso de la nitroglicerina.
<p>JENGIBRE</p> <p>Además de condimento alimentario, se utiliza por sus propiedades antieméticas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> Puede aumentar la acción de los anticoagulantes.