

G₆PD Diet



The G₆PD diet is very easy to follow. However, if you don't follow your diet you can get very sick. Some people become so ill that they have to be admitted to the hospital.



A mother who breastfeed a baby with G₆PD should also follow the G₆PD Diet. If you avoid the following foods all of the time you will do well.

You can find more information on G₆PD at:
<http://www.rialto.com/g6pd> and <http://www.g6pd.org>

Foods to be avoided in G₆PD patients:

All fava Beans and food that are made with them like: Foule modems, Falafel, and Bajela.

النظام الغذائي الخاص بحالة العوز لأنزيم G₆PD



هذا النظام سهل الإلتباع، ولكن في نفس الوقت إذا لم تتبع حميتك قد يصيبك المرض. والبعض يزداد مرضهم مما يؤدي إلى دخولهم المستشفى. مع الانتباه الى أن الام التي ترضع طفلها ، المصاب بهذا المرض، يجب أن تتبع النظام الغذائي الخاص بحالة العوز لأنزيم G₆PD.

إذا تجنبت الأطعمة الاتية طوال الوقت ستكون بصحة جيدة.



الأطعمة التي يجب تجنبها في حالة العوز لأنزيم G₆PD
الفاصوليا وكل الأطعمة التي تصنع منه مثل: الفول المدمس، الفلافل، الباجيلا

Drugs and Chemicals That Should be Avoided by Persons with G₆PD Deficiency:

Analgesics / Antipyretics

Acetanilid, acetophenetidin (phenacetin), amidopyrine (aminopyrine), antipyrine, aspirin, phenacetin, probenecid, pyramidone.

Miscellaneous:

Alpha-methyldopa, ascorbic acid, dimercaprol (BAL), hydralazine, mestranol, methylene blue, nalidixic acid, naphthalene, niridazole, phenylhydrazine, toluidine blue, trinitrotoluene, urate oxidase, vitamin K (water soluble), pyridium, quinine.

Antimalarials:

Chloroquine, hydroxychloroquine, mepacrine (quinacrine), pamaquine, pentaquine, primaquine, quinine, quinocide.

Cytotoxic / Antibacterial:

Chloramphenicol, co-trimoxazole, furazolidone, furmethonol, nalidixic acid, neoarsphenamine, nitrofurantion, nitrofurazone, para-aminosalicylic acid.

Cardiovascular Drugs:

Procainamide, quinidine.

Sulfonamides/ sulfones:

Dapsone, sulfacetamide, sulfamethoxypyrimidine, sulphanilamide, sulfapyridine, sulfasalazine, sulfisoxazole.

الأدوية والمواد الكيميائية التي يجب تجنبها في حالة العوز لأنزيم G₆PD

*** أدوية الصداع / خافضات الحرارة:**

أسيتانيليد - أسيتوفينيتيدين (فيناسيتين) - أميدو بايرين (أمينوبايرين) - أنتي بايرين - أسبيرين - فيناسيتين - بروبيناسيد - بايراميدون.

*** متنوعات:**

ألفا-ميثالدوبا - أسكوربيك أسيد - ديماركابول (ب ا ل) - هايدرا لازين - مسيترانول - ميثيلين بلو - ناليديكسيك أسيد - نفتلين - نيريدازول - فينيل هايدرازين - توليدين بلو - تريبي تروتولوين - يوريت أوكسيديز - فيتامين ك (المنحل في الماء) - بيريديوم - الكوينين.

*** صادات الملاريا:**

كلوروكوين - هيدروكسي كلوروكوين - ميياكوين (كونياكوين) - باماكوين - بينتاكوين - بريماكوين - كوينين - كوينوسيد.

*** سايتوتوكسيك / مضادات البكتيريا:**

كلورام فينيكول - كو-تريموكسازول - فورازوليدون - فورميتونول - ناليديكسيك أسيد - نيورزفينامين - نيتروفورانتين - نيتروفورازون - بارا-أمينوساليسيليك أسيد.

*** عقاقير أوعية القلب:**

بروكيناميد - كوينيدين.

*** سولفوناميدز / سولفونز:**

دابسون - سولفاسيتاميد - سولفاميتوكسي بايرميدين - سولفا نيلاميد - سولفا بيريدين - سولفاسالازين - سولفيسوكسازول.