

❖ نکاتی در مورد کلد استاپ، داروی جدید سرماخوردگی :

قرص‌های کلد استاپ که چند سالی است به بازار دارویی کشورمان پا گذاشته، در حقیقت نشانه‌ای است از خلاقیت داروسازان کشورمان که توانسته‌اند با ساخت این دارو نقشی مهم را در درمان این بیماری شایع بردارند. هر قرص کلد استاپ حاوی 500 میلی‌گرم استامینوفن، 30 میلی‌گرم پسودوافدرین و 25 میلی‌گرم دیفن‌هیدرامین است که به ترتیب اثرات مسکن و ضد آبریزش بینی و ضد حساسیت دارند و مهم‌ترین عوارض سرماخوردگی را درمان می‌کنند. کلد استاپ از جمله داروهایی است که عموماً برای بزرگسالان کاربرد دارد و از همین رو به شکل قرص در بازار موجود است. این دارو که پس از بلع جذبش آغاز می‌شود، در افراد بزرگسال توصیه می‌شود و باید 8 قرص در روز مصرف کنند، یعنی به عبارتی در یک فرد بزرگ جثه توصیه می‌شود هر 6 ساعت 2 قرص میل کند.



❶ داکسی‌سایکلین فراتر از یک کپسول:

داکسی‌سایکلین یکی از آنتی‌بیوتیک‌های کارآمد است که امروزه برای درمان بسیاری از امراض کاربرد دارد؛ به طوری که هیچ جایگزینی را نمی‌توان برایش پیدا کرد. استفاده از این آنتی‌بیوتیک برای درمان جوش‌های غرور جوانی، عفونت‌های ادراری و تناسلی همچون سیفیلیس و سوزاک، سینه‌پهلوه‌های شدید، سینوزیت‌های حاد و عفونت‌های گوش تنها گوشه‌ای از کاربردهای این دارو محسوب می‌شوند.

متأسفانه یکی از مهم‌ترین علل خوددرمانی‌ها و طبیعتاً عوارض وخیم داکسی‌سایکلین از این واقعیت نشأت می‌گیرد که بیمار پس از یک دوره مصرف آن و مشاهده اثرات درمانی خوب این دارو، دیگر به توصیه‌های پزشک در دفعات بعدی ابتلا توجه نمی‌کند و گمان می‌کند که می‌تواند خودسرانه باز هم مدتی اضافه از داکسی‌سایکلین استفاده کند. این در حالی است که در کنار اثرات درمانی منحصر به فرد داکسی‌سایکلین، این دارو از جمله پرعارضه‌ترین آنتی‌بیوتیک‌ها محسوب می‌شود به همین دلیل باید تنها به تشخیص پزشک معالج تجویز و مصرف شود.

❷ این توصیه‌ها را جدی بگیرید :

ü بهتر است این دارو را با شکم پر و با آب فراوان میل کنید، چرا که مهم‌ترین عارضه داکسی‌سایکلین اثرات سوزانندگی مخاط است و اگر در داخل حفره دهان یا مری کپسولش باز شود، می‌تواند مخاط را بسوزاند و زخم‌های شدیدی را پدید آورد. و در حالت غیردرازکش خورده شود تا معده را ناراحت نکند.

ü معمولاً این دارو در 2 نوبت با فاصله 12 ساعت یک بار مصرف می‌شود و باز هم به دلیل عوارض آن سعی شود که دوز مصرفی فراموش نشود و اگر بیش از 4 ساعت از مصرف دوز مورد نظر، بیمار یادش بیفتد، بهتر است که دوز فراموش شده را حذف و دوز بعدی را سر ساعت مصرف کند. مقدار دارو را دو برابر نکنید.

ü کسانی که داکسی سایکلین مصرف می کنند، مراقب باشند که زیاد زیر نور آفتاب نایستند، چرا که این دارو باعث ایجاد حساسیت نسبت به نور هم در چشم ها و هم در پوست می شود و باعث قرمزی ناشی از تابش نور در هر دو بافت می شود.

ü هرگز از یاد نبرید تجویز داکسی سایکلین در کودکان زیر 8 سال کاملاً ممنوع است.

ü اگر داروهای ضد بارداری مصرف می کنید، هنگام مصرف داکسی سایکلین از روش دیگری نیز بهره ببرید چراکه داکسی سایکلین تا حدی اثرات داروهای ضد بارداری را کم می کند.

ü اگر ظرف 3 روز درمان با داکسی سایکلین احساس بهبودی نداشتید با پزشکان مشورت کنید.

ü داکسی سایکلین را دور از دسترس کودکان ، و دور از گرما، نور مستقیم یا رطوبت نگهداری کنید (داکسی سایکلین در این شرایط فاسد می شود).

ü داکسی سایکلین تاریخ مصرف گذشته را دور بریزید. این دارو وقتی فاسد شود سمی می شود.

ü هنگام مصرف داکسی سایکلین نباید شیر، محصولات لبنی ، آنتی اسید، مکمل کلسیمی و مکمل آهن مصرف نمود.

ü در دوران شیردهی از مصرف دارو خودداری نمایید.

❖ کورتون چیست و عوارض آن کدام است ؟

استفاده غیرمنطقی داروها در ایران چند برابر استانداردهای جهانی است، یکی از داروهایی که بسیار پر استفاده بوده و استفاده غیرمنطقی از آن عوارض جانبی بسیاری داشته و تهدیدی برای سلامت افراد جامعه به شمار می رود، کورتون هاستند. کورتون ها داروهای بسیار محبوبی بین پزشکان و بیماران است، چرا که علائم بیماری را بخوبی کاهش میدهند.

"کورتون" نام عامیانه گروهی از داروهاست که خاصیت مسکن و تضعیف سیستم ایمنی بدن را داشته و در درمان تعداد زیادی از بیماری ها کاربرد دارند. نام علمی این داروها "کورتیکواستروئید" است و به اشکال مختلف قرص، آمپول، اسپری، کرم، محلول، لوسیون و پماد در بازار وجود دارند. کورتیکواستروئیدها داروهای بسیار قوی هستند که در کنار اثرات سودمندشان برای درمان بیماریهای مختلف، عوارض جانبی گوناگون و گاهی خطرناک دارند، لذا نباید به صورت خودسرانه وبدون تجویز پزشک و یا در دوره ای طولانی تر از آنچه پزشک تجویز کرده است، مصرف شوند.

دگزامتازون یا آن طور که بعضا دگزا گفته می شود جزء قوی ترین کورتون هاست و شایع ترین داروی تجویزی در کل نسخ دارویی کشور است و کمیته کشوری تجویز و مصرف منطقی داروی وزارت بهداشت معتقد است این میزان تجویز دگزامتازون با جمعیت کشور و وضعیت اپیدمیولوژیک بیماری همخوانی ندارد. متأسفانه این روزها استفاده از قطره های چشمی حاوی کورتیکواستروئید از جمله بتامتازون، آن هم بدون تجویز پزشک توسط برخی از افراد رو به افزایش است. مصرف خودسرانه این داروها بدون تجویز پزشک متخصص، می تواند عوارض زیادی را به همراه داشته باشد

بیشترین موارد سوء مصرف کورتون ها، عبارتند از: مصرف انواع موضعی مانند **کلوبتازول**، **بتامتازون**، **فلوئوسینولون** و... به عنوان ضدلک و روشن کننده در سال های اخیر استفاده از قرص دگزامتازون برای افزایش وزن بویژه در میان جوانانی که به باشگاه های ورزشی مراجعه می کنند رواج یافته است. این دارو نه تنها باعث افزایش حجم عضلات و توان ورزشکاران نمی شوند بلکه برعکس باعث افزایش تجزیه عضلات و کاهش توده عضلانی فرد و ضعف عضلات خواهد شد. همچنین با مصرف این دارو امکان پارگی و آسیب دیدن تاندون ها در ورزشکاران، هنگام انجام حرکات ورزشی به شدت افزایش خواهد یافت.

۷ ده عارضه مهم کورتون:

- 1- تضعیف سیستم ایمنی بدن و کاهش سد دفاعی بدن در مقابل انواع عفونت ها
- 2- به تاخیر انداختن ترمیم زخم ها
- 3- ایجاد عوارضی مانند افسردگی، توهم و همچنین اختلالات ذهنی و پیدایش حملات مانیا و جنون
- 4- اثر بر تعادل مایعات و الکترولیت های بدن که منجر به احتباس نمک و آب در بدن و در نهایت ادم (ورم) میشود که می تواند اشتباهات چاقی تلقی شود
- 5- تاثیر بر توزیع چربی ها در بدن و به دنبال آن تجمع چربی ها در نواحی خاص بدن مانند پشت بدن و پشت گردن
- 6- افزایش رشد موهای زائد در نواحی مختلف بدن مانند صورت بویژه در زنان
- 7- افزایش فشارخون، افزایش قندخون (هیپرگلیسمی) و ایجاد دیابت و افزایش چربی های خون که همگی فاکتورهای شناخته شده و قوی برای بروز بیماری های قلبی - عروقی و سکته های قلبی هستند.
- 8- کاهش تراکم استخوان ها و پوکی استخوان و همچنین مصرف دوز بالای آن موجب پارگی و یا آسیب تاندون ها میشود
- 9- افزایش فشار داخل کره چشم و بروز آب سیاه بویژه در افراد مسن و همچنین بروز آب مروارید
- 10- کاهش و تضعیف لایه های مخاطی دستگاه گوارش بویژه معده که باعث بروز و تشدید زخم های گوارشی میشود.

۷ چه موارد احتیاطی باید رعایت شود؟

1- باید توجه داشت که برای رفع علائم حساسیت های ساده و یا مزمن نباید از کورتیکواستروئیدهای سیستمیک (دگزامتازون) به عنوان درمان اولیه استفاده کرد. این علائم را می توان با داروهای ساده تر و کم عارضه تر نظیر آنتی هیستامین ها کنترل کرد.

2- در مورد بیماری های التهابی مانند روماتیسم مفصلی و ... نیز توجه به این نکته ضروری است که نباید از کورتیکواستروئید به طور مزمن برای کنترل بیماری استفاده شود؛ چرا که مصرف طولانی مدت آنها نه تنها نمیتواند جلوی پیشرفت بیماری را بگیرد بلکه می تواند در درازمدت باعث پیدایش عوارض ناخواسته و مشکلات جدی خصوصا در میان افراد مسن شود.

3- در صورت حساسیت به داروی دگزامتازون و یا در صورت مبتلا بودن به عفونت های قارچی در هر ناحیه از بدن از مصرف این دارو خودداری شود.

4- در صورت ابتلا به بیماری خطرناک، تب، عفونت و یا جراحی از مصرف داروی دگزامتازون اجتناب کنید.

5- در طول درمان با داروی دگزامتازون از نزدیک شدن به افراد بیمار خودداری کنید.

6- از قطع مصرف ناگهانی کورتیکواستروئیدها نظیر دگزامتازون خودداری کرده و با پزشک مشورت کنید.

7- مصرف این دارو با دوز بالا، موجب تضعیف شدید سیستم ایمنی شده که خود می تواند زمینه ساز ابتلا به عفونت های شدید شود که بسیار خطرناک بوده و می تواند جان فرد را به خطر بیندازد.

8- قطع مصرف این داروها نیز باید تحت نظر پزشک و به تدریج طی برنامه زمان بندی خاصی صورت گیرد.

ü **توجه:** در هر حال ممکن است بر حسب صلاح دید پزشک متخصص، نیاز باشد درمان با کورتون ها به طور طولانی مدت یا با دوز بالا صورت پذیرد. در این صورت مصرف این دارو ها با کنترل وضعیت بیمار از لحاظ عوارض جانبی و در نظر گرفتن موارد احتیاط، بلامانع می باشد.